LE POUVOIR INTÉRIEUR

JOHN-ROGER

LE POUVOIR INTÉRIEUR

JOHN-ROGER

Copyright © 1997
by Peace Theological Seminary and College of Philosophy ®

Tous droits réservés
y compris reproduction partielle ou intégrale
du document par quelque procédé que ce soit.

N° ISBN : 0-914829-48-3

CHAPITRE 1

LE POUVOIR DE VOTRE MÉCANISME INTERNE DE RÉUSSITE

Il existe un Dieu. Il existe une intelligence qui est celle de Dieu. Il existe un corps qui est celui de Dieu. Tu fais partie de Dieu. Tu es un prolongement de l'énergie spirituelle. Afin de mieux la situer, nous appellerons cette énergie spirituelle «l'esprit universel». Si tu préfères, tu peux l'appeler le subconscient. N'importe quel nom peut être utilisé pour cette énergie, pourvu que tu laisses tes points de référence ouverts et que tu laisses passer librement l'information que je vais donner.

Cette énergie universelle est toujours à ta portée. Tu as la possibilité de prendre cette énergie, à l'aide de ton esprit conscient, et de travailler avec elle. Tu peux l'utiliser pour créer des idoles que tu peux adorer, ou des chaises pour t'asseoir. Tu peux produire le bonheur ou le désespoir à partir de cette énergie. Elle ne se soucie pas de sa forme car elle est essentiellement sans forme et universellement présente.

Tu peux choisir la quantité d'énergie que tu veux utiliser et en faire ce que tu veux; tu es libre de choisir. Toutefois, il existe toujours une condition, un danger. La condition, c'est que tu seras tenu pour responsable de ce que tu crées. Tu en seras tenu pour responsable dans l'immédiat. C'est la loi. Parfois nous considérons cela et nous pensons : «Cela veut dire aujourd'hui seulement. Oublions demain !» Et nous prenons des liber-

tés avec notre puissance de création. Demain deviendra *maintenant* et dans un an ce sera *maintenant. Maintenant* est l'éternité. Tu te trouves en ce moment dans le maintenant éternel où tu travailles les énergies qui se présentent à toi.

Une des énergies présente en toi est le mécanisme de la réussite qui brûle d'envie de se manifester. Elle désire vraiment t'emmener là ou tu veux aller. Si tu apprends à t'en servir, tu connaîtras facilement la réussite. Toutefois, l'une des entraves à la réussite est un manque de compréhension sur la façon même de réussir. Afin de faciliter la compréhension de ceci, nous allons utiliser le mot «success» comme un acronyme qui nous en présentera certains aspects :

Le premier *S* sera pour ***sincérité.*** Il faut être sincère sur la finalité de ce que tu désires. Cela signifie que tu dois être le plus honnête possible, que tu ne dois pas abuser ou maltraiter les autres et que tout ce que tu feras viendra en aide aux autres. Tu ne dois pas forcer les autres à penser comme toi. Tu dois, plutôt, leur laisser l'occasion de faire leur propre expérience de la réussite.

Le *U* sera pour une meilleure ***unité*** au sens de prendre avec, c'est-à-dire *compréhension,* compréhension du but vers lequel tu te diriges. Il ne suffit pas de désirer sincè-

rement atteindre ton but, il faut aussi comprendre également ce qu'est ce but.

Le premier *C* sera pour ***courage.*** Cela veut dire que lorsque tu as déterminé ton but et que tu comprends ce que tu veux atteindre, c'est alors que tu as le courage de te diriger dans cette direction.

Le *C* suivant sera pour ***charité.*** Lorsque tu atteindras ton but, ce ne sera pas à des fins purement égoïstes, mais tu seras charitable envers les autres. De nombreuses personnes pourront partager la richesse de ton succès - pas nécessairement la richesse financière mais la richesse de ta conscience de la réussite.

Le *E* sera pour ***enthousiasme.*** Dans ton enthousiasme, tu maintiens ton regard sur le but à atteindre. Lorsque quelque chose qui ressemble à un obstacle se met en travers du chemin, tu te mets en contact avec la loi spirituelle de l'enthousiasme et tu t'élèves au dessus de l'obstacle, ou tu tournes autour, ou tu passes par dessous, ou à travers - tout ce qu'il faudra pour te remettre sur la voie et sentir le but à portée de ta main.

Le *S* suivant sera pour ***stabilité.*** C'est avec stabilité qu'il faut emprunter la route du succès. Lorsque tu as décidé de faire quelque chose, continue dans cette direction

jusqu'à ce que tu aies accompli ce que tu voulais. Cela, c'est de la stabilité.

Le dernier *S* sera pour ***satisfaction.*** Lorsque tu atteins ton but, tu peux dire : «J'ai réussi.» Tu te sens satisfait. Cela ne veut pas forcément dire que tu te sentes totalement ou entièrement comblé, mais tu peux dire : «J'ai fait cela et je suis satisfait des résultats. Maintenant, je peux faire autre chose et utiliser tous ce que j'ai acquis.»

Les missiles guidés les plus sophistiqués ont pour mission d'abattre d'autres missiles. Un tel missile possède un mécanisme qui l'informe quand il sort de sa trajectoire. Quand il est sur sa trajectoire, le mécanisme ne le lui fait pas nécessairement savoir; le missile ne fait que tirer et s'en va. Mais quand il quitte un peu, d'un côté ou d'un autre sa trajectoire, un mécanisme automatique se déclenche et dit : «Déplace-toi un peu vers la droite.» Cela s'appelle un feedback négatif. Le feedback continue jusqu'à ce que le missile reprenne sa trajectoire. Lorsque sa trajectoire le mène tout près de son but, le système qui le dirigeait s'arrête, et d'autres systèmes se mettent en action afin de le préparer pour le choc. Le système qui nous guide afin que nous restions sur le chemin spirituel tout en habitant un corps physique est semblable à celui que je viens de décrire, et le concept du feedback négatif est bien connu.

Si tu dois passer un examen demain et que tu vas ce soir au cinéma, tu commenceras à ressentir un feedback négatif. Ce sera peut-être des douleurs à l'estomac ou un point dans le dos. Il se peut que tu te sentes coupable ou nerveux. Quand cela arrive les gens disent : "Cela est terrible !". Et pourtant, la plupart d'entre nous disons à un moment ou à un autre : "Seigneur, montre-moi le chemin. Si j'avais seulement des points de repère, si je pouvais savoir quand je me trompe et rectifier le tir avant qu'il ne soit trop tard - cela me rendrait tellement heureux !". Tu as les points de repère nécessaires. Ils sont déjà en toi. La seule nécessité est de prendre suffisamment conscience de ce feedback négatif qui t'arrive et de commencer à changer ta conscience afin de corriger ta route.

Lorsque tu as une décision à prendre ou un choix à faire, tu peux faire attention à ceci. Dans ton imagination, tu choisis l'une ou l'autre solution. Envisage mentalement les résultats de cette décision. Mets-toi dans cette situation. Vois-la. Sens-la. Si tu ressens un feedback négatif, rectifie le chemin. Dans ton imagination, choisis une autre solution. Répète le procédé. Vois où cette décision te mène logiquement.

Il est probable que ce que tu imagines ne soit pas tout à fait correct, mais ce sera probablement assez proche.

Avec un peu de pratique tu seras plus précis. Cette méthode te permet d'examiner et de trier les possibilités. Lorsque tu trouves une décision qui ne te renvoie aucune négativité, c'est peut-être celle qui te convient. Il n'y a pas de résistance. Le chemin est libre. La réponse est tout simplement d'aller de l'avant.

Tu te dis sans doute : "J'ai déjà ressenti auparavant que le chemin était libre et je me suis retrouvé avec encore plus de problèmes." Ce système de feedback négatif est très sophistiqué. Il est subtil. Il comprend de nombreux changements et variations. Dès la plus tendre enfance, tu as été programmé en fonction de ton environnement et tu as oublié certains de ces programmes. Néanmoins, ils sont encore là sous forme de réflexe conditionné, tel que tendre la main pour saisir quelque chose ou parler sans se soucier consciemment du prochain mot. A un moment donné, toutes ces actions ont été apprises et programmées, comme un ordinateur qui lance une certaine procédure après avoir été mis en route.

Il faut regarder de près ce qui se passe, quels sont les domaines qui sont dirigés consciemment et ceux qui fonctionnent en automatique. Tu désireras peut-être reprendre le contrôle de certains domaines, afin de mieux les faire participer au but général que tu t'es donné.

La conscience humaine est ainsi faite que tu peux vivre avec un taux élevé de douleur - physique, émotionnelle, mentale, etc. et vivre si longtemps avec, que cela devient une habitude. Un chemin rempli de douleurs familières peut sembler ne pas nécessiter beaucoup de résistance, et donc tu le poursuis pendant un bon moment. Tu peux ressentir ces feedbacks négatifs qui te font savoir ce qui est en train de se passer, mais cela est devenu une telle habitude que tu laisses les choses aller telles quelles. Et lorsque cela est sur le point d'exploser, tu dis: "Mais je n'ai pas eu de signes précurseurs négatifs." Si tu prends le temps de regarder de près, tu verras certainement où ils étaient, et comment tu les as ignorés.

Parfois, tu t'habitues tellement à certaines choses que tu ne les remarques plus. Dans un sens, tu n'utilises plus ton jugement critique. Le lundi, tu donnes peut-être un rendez-vous à quelqu'un pour le vendredi. En approchant du vendredi, tu commences à ne plus te sentir à l'aise à propos de ce rendez-vous. Puisque c'était convenu depuis quelques jours, tu y vas tout de même. Mais, dès que tu rencontres l'autre personne, tu sais que ce n'est pas le bon moment. Tu penses : "Pourquoi n'ai-je pas annulé et repoussé à un autre moment ?" Ce qui est curieux, c'est que l'autre personne a certainement ressenti la même chose et n'a rien dit non plus.

Il vaut généralement mieux que tu laisses agir ton mécanisme interne de réussite, car il te donnera des feedbacks. En les laissant agir, tes systèmes de renseignements s'amélioreront et seront plus fiables. Si tu veux progresser et apprendre à t'élever - si tu veux devenir une personne instruite et non un missile tirant dans tous les sens en espérant atteindre son but - alors tu dois constamment observer ton système de feedback.

Comment fonctionne le système de feedback ? Parfois il nous parvient à travers les autres, peut-être par un haussement de sourcils ou un léger clignement d'yeux pendant que tu parles. Ces signes veulent généralement dire de faire attention car une altercation pourrait survenir. Si tu remarques que la paupière inférieure de ton interlocuteur s'étire légèrement vers le haut, tu ferais mieux de laisser tomber ton argument et de changer de sujet.

Tu peux également renvoyer la balle à l'autre personne en disant : "Qu'en pensez-vous ? Je ne suis pas sûr d'avoir raison." Cela donne l'opportunité à la personne d'exposer son point de vue. Alors, la personne ne se sentira plus menacée . Plus tard, tu pourras à ton tour partager ton point de vue, mais ce ne sera plus une altercation. Ce sera un échange, une communication.

Si la conversation devient animée à nouveau, si tu res-

sens que la personne est tendue, prends du recul. Dis : "Je ne suis pas sûr de comprendre ton idée clairement. Peux-tu me l'expliquer d'une autre façon? Ou alors tu pourrais peut-être me la redire plus lentement." Cela s'appelle communiquer et ça marche. A travers leurs réponses, les gens te donnent des feedback négatifs que tu peux changer et utiliser positivement afin de te permettre de communiquer d'une manière plus efficace.

Parfois le feedback négatif peut se présenter sous la forme d'une irritation venant d'on ne sait où. Il se peut que tu dises : "Je suis vraiment énervé !" C'est peut-être un signe du mécanisme du succès pour prendre un peu de recul pendant quelques instants, pour regarder en toi-même et reprendre ton bon équilibre. Tu iras peut-être dans une autre pièce, fermeras la porte et te retrouveras toi-même. Tu prendras peut-être quelques instants pour observer de près cette irritation et essayer d'en connaître l'origine en passant en revue les événements des dernières minutes ou des dernières heures.

Par exemple, si tu étais bien centré et à l'aise dix minutes avant que Susie n'entre dans la pièce et que maintenant tu te sens énervé, l'irritation est peut-être la sienne. Ou bien elle est en toi, une réponse déclenchée par elle. Une façon de t'en assurer, si tu hésites, c'est de demander à Susie : "Etais-tu irritée en entrant ?" Elle te répondra

peut-être qu'elle venait de se disputer avec son patron et qu'elle était très en colère après lui. Maintenant tu sais d'où venait ton irritation. Si elle dit : «Non, j'étais très bien,» tu dois regarder plus profondément en toi afin de trouver la cause de ton irritation.

Tu peux devenir très habile en travaillant avec ton système de feedback négatif. Si tu y prêtes attention, tu pourras dépister les irritations légères. Si tu prends le temps de confronter ces situations et de les résoudre immédiatement, tu mettras certainement fin au problème avant même qu'il ne se manifeste.

Bien qu'il soit nécessaire de faire attention pour détecter les feedback négatifs, ce n'est pas trop difficile si tu restes vigilant. Lorsque l'on va droit au but, on ressent un sentiment de bien-être. Lorsque tu passes sur une bosse, c'est ton mécanisme de feedback qui te dit : "Fais attention. Tu sors de la route". Il te conduit vers une plus grande conscience de toi-même et des autres. Ecoute-le et tu seras bientôt capable de bien communiquer avec les gens et de bien te diriger.

Une attitude qui peut beaucoup t'empêcher de progresser spirituellement est celle qui consiste à dire : "J'ai raison. Ils ont tort !". "Ils" peuvent être ton épouse (époux), ton patron, tes parents, tes enfants, n'importe

qui. Cette attitude est bien sûr ressentie immédiatement par "eux", et il devient pratiquement impossible pour "eux" de communiquer efficacement avec toi. Cette attitude peut être très subtile. Elle peut s'infiltrer dans de nombreux domaines et causer énormément de difficultés.

T'est-t-il déjà arrivé d'écouter une conférence et de penser : "Oh, comme j'aimerais que mon mari (ou ma femme) entende ceci. Cela leur est vraiment destiné". C'est pour toi ! Tu es peut-être si occupé à regarder les défauts des autres que tu ignores les messages que ton système de feedback t'envoie pour te montrer tes propres imperfections.

Il existe une technique qui t'aidera à te mettre à l'écoute de toi-même et de tes propres systèmes de contrôle et d'équilibre. Cela prendra peut-être du temps au début, mais quand tu auras fait des progrès, tu iras plus vite. Décide d'un moment chaque semaine pour évaluer la semaine passée. Par exemple, choisis le dimanche soir. Prends le temps de trouver un endroit tranquille, où tu ne seras pas dérangé et installe-toi confortablement. Puis, en pensée, retourne au dimanche dernier et regarde ce qui est arrivé dans la semaine. Entre dans les détails. (Une bonne façon de le faire est d'utiliser un journal spirituel.) Commence à passer la semaine en

revue. Regarde où tu es sorti de la route, avec qui, dans quelles circonstances, et si la situation a été résolue. (Cette même technique marche également au jour le jour.)

Au début, on a tendance à se mentir à soi-même. Tu te souviendras d'une situation particulière et tu penseras immédiatement : "C'était de leur faute, et de toutes façons, ce n'était pas important," et tu passeras à autre chose. Si tu te surprends en train d'essayer de ne pas regarder en face une situation donnée, cela veut certainement dire qu'elle n'est pas clarifiée. Si tu rejettes une action mais que tu y penses souvent, ce n'est probablement pas clair. Si tu la clarifies, il se peut que tu ne t'en souviennes même pas, ou alors elle peut réapparaître simplement pour être passée en revue. Très peu d'énergie y sera attaché.

Lorsque que tu sens beaucoup d'énergie au moment où tu te souviens de quelque chose, tu ferais bien d'y regarder de plus près. Passe la semaine en revue, jour par jour en regardant ce qui est arrivé. S'il existe des conflits non résolus, trouve un moyen de les résoudre. Sinon, les niveaux de conscience inférieurs s'y cramponneront, essaieront de les éliminer d'une manière ou d'une autre et tu te rendras compte que ton énergie se disperse.

Lorsqu'ils sont vraiment éliminés - quand tu n'as plus de conflits non résolus dans ta conscience - ce sera à ce moment là que tu seras le plus centré et que tu ressentiras en toi le courant d'énergie le plus créatif et le plus dynamique.

Il existe plusieurs façons de résoudre ou de clarifier une situation. La meilleure façon, si tu peux le faire, est d'aller voir la personne avec laquelle tu as eu un conflit afin d'éclaircir la situation consciemment. C'est facile. Tu peux dire : "Tu te souviens de la conversation que nous avons eue l'autre jour ? J'y ai pensé à nouveau et je ne suis pas trop sûr de l'endroit où nous en sommes arrivés. Peux-tu m'éclairer ?" La personne répondra peut-être: "Oh, ça. Tu sais, après coup, j'ai vraiment compris ton point de vue" Alors tu peux être aimable et dire : "C'est bien. Je comprends également ce qui te faisait dire ça.» Alors la relation tendue est maintenant une relation d'harmonie et de respect. Tu peux éliminer toute tension de ta conscience et être libre.

Si tu obtiens une note à un examen que tu ne penses pas avoir méritée, tu en voudras peut-être au professeur, mais tu n'oseras pas lui en parler. Si tu maintiens ce ressentiment en toi, tu bloqueras le courant d'énergie entre toi et le professeur. Cela deviendra d'autant plus difficile d'obtenir de bonnes notes à l'avenir. Va discuter de

cette note avec ton professeur. Dis-lui ce tu ressens et comment tu vois la situation. Au lieu de changer la note, le professeur t'expliquera peut-être de quelle façon l'examen a été noté et pourquoi tu as eu cette note. Demande ce que tu peux faire pour obtenir de meilleures notes à l'avenir. Demande au professeur de travailler avec toi, et de t'aider à t'améliorer. Vous commencerez à communiquer. Le professeur saura où tu en es et tu auras certainement une meilleure idée de ce que l'on attend de toi. La situation sera probablement éliminée.

Lorsque tu commences à évaluer ce qui arrive chaque semaine, il se peut que tu aies besoin de beaucoup de temps pour clarifier et régler certaines situations avec les autres personnes, afin d'apporter à ta conscience une bonne compréhension de ce qui se passe. C'est très bien. C'est du temps bien employé. Alors qu'il est souvent facile d'être honnête envers les autres quand on leur montre où ils se trompent, cela peut être douloureux de faire la même chose envers soi-même. Mais en continuant à te confronter continuellement, ouvertement et honnêtement à chaque situation, tu remarqueras tes erreurs avant même qu'elles n'arrivent. Quand tu sais que tu n'as pas raison, vas voir la personne. Si tu as déjà demandé pardon à ta mère cinq fois cette semaine

et que tu recommences à dire ce qu'il ne faut pas dire, ton système de feedback te fera signe que le moment est venu de demander pardon à nouveau.

Tu te rendras certainement compte que si tu te tais, tu peux éviter le problème. Souviens-toi de ce qu'est le système de feedback, afin de pouvoir reconnaître les choses la fois suivante également. Il est possible que tes mâchoires se crispent juste avant de dire ce qu'il ne faut pas. Il est possible que ton estomac tressaille ou que ton cœur batte un peu plus vite. Ce sont des signaux d'alarme. Cherche-les. Quand ils se déclenchent, ils te mettent en garde. Quand ils s'arrêtent, prends vite du recul et regarde bien ce qui est en train de se passer. Alors, au lieu de réagir à la situation, maîtrise ta conduite. Tu diras peut-être : "On en parlera plus tard. Il faut vraiment que je file maintenant." Ou alors, tu peux accepter que l'autre personne ait "raison"; tu peux maintenir ton calme et dire : "c'est un point de vue intéressant." Laisse aller tout simplement. Lâche prise. Il existe toutes sortes de choix.

Si tu n'as pas la possibilité d'être physiquement en présence d'une personne afin de clarifier une situation, il y a d'autres façons d'éliminer le déséquilibre qui est en toi. Si tu étais le créateur de ce déséquilibre, une des façons consiste simplement à te pardonner pour cette

erreur. Envoie à l'autre personne ton amour et l'énergie de ta conscience de Lumière, puis, envoie-toi ce même amour et cette même Lumière, et pardonne-toi pour cette action. Si tu crois vraiment que la situation a été créée par l'autre personne, pardonne à cette personne, et laisse aller la douleur, la colère ou ce à quoi tu te raccroches. Laisse sortir cela de ta conscience. Ne t'y accroche pas; lâche prise.

Une autre façon d'aider à relâcher la situation consiste à utiliser l'imagination créatrice, afin de changer ta perception de ce qui arrive. Si cela s'est terminé par des mots amers et des sentiments blessés, transforme cela dans ton imagination par des mots d'amour et de respect mutuel. Sens-toi heureux et rempli d'amour pour l'autre personne.

Je ne dis pas que cela soit facile. Une partie de la blessure est en toi car le moi inférieur la retient et recrée continuellement cette image. Si tu peux réellement changer l'image en question, le moi inférieur acceptera la nouvelle image et se sentira à l'aise. Il relâchera la blessure, la peine et tu oublieras probablement tout ce qui concerne cet incident. Cela demandera sans doute de la pratique avant que le procédé ne devienne efficace pour changer l'image de certaines situations, mais continue tout de même, car c'est un excellent moyen de

relâcher les blocages de la conscience inférieure.

En continuant sans cesse d'évaluer tes actions - d'une manière consciente et responsable - en prenant le temps et en faisant l'effort nécessaire pour résoudre les divers déséquilibres, tu remarqueras que ta vie devient plus sereine. La plupart du temps, tu auras un sentiment de liberté. Tu auras l'énergie d'accomplir plus dans une direction positive et avec une plus grande satisfaction.

Un des plus grands obstacles au succès, c'est d'avoir un but irréalisable. Nous, les êtres humains, aimons avoir un but. La plupart des gens qui sont en dépression disent : "Je veux aller quelque part, mais je ne sais pas où. Je veux faire quelque chose, mais pas ce que je suis en train de faire. Je ne sais pas vraiment ce que je veux faire, et si je donne l'impression de ne pas savoir ce que je dis, eh bien ça me déprime aussi !" Quand on me dit des choses comme ça, je lance : "Tu dois te fixer un but." Ils répondent : "Je sais, je sais. Je n'ai pas de but. Comment avoir un but ?" Je leur demande ce qu'ils désirent, ce à quoi ils rêvent, ou ce qu'ils imaginent, ou quels rôles ils aiment jouer. Ils répondront sans doute encore : "Je ne sais vraiment pas."

Nous avons tous connu cela. La clé est de reconnaître qu'il existe des buts à court terme, ainsi que des buts à

long terme. Une bonne partie de ton mécontentement et de ta dépression vient du fait que tu ne t'es pas donné de buts à long terme. Si c'est le cas, et que cette zone n'est pas très claire, observe d'abord tes buts à court terme et fais en sorte qu'ils soient couronnés de succès.

Quels pourraient être des exemples de buts à court terme ? Peut-être laver tes vêtements, te préparer pour aller travailler le lendemain, aller au marché et t'assurer que ta famille et toi-même aurez de bons aliments, ou étudier pendant trois heures avant de faire une pause. Ce sont tous des buts. Tu dois *savoir* que ce sont des buts. Si tu dis que tu ne sais pas ce que tu fais, tu t'es bloqué. Tu sais ce que tu fais, mais tu peux ne pas l'avoir reconnu pour ce que c'était.

Les buts n'ont pas besoin d'être significatifs pour d'autres que toi. Ils peuvent être simples et directs, et t'apporter beaucoup de bonheur, de satisfaction et de contentement quand tu les prends pour ce qu'ils sont. Le mécanisme du succès est identique, que tu te diriges vers de petits ou de grands buts. Tu peux t'exercer et devenir habile avec les petits succès et puis transférer le mécanisme pour de grandes entreprises.

Certaines femmes, qui ressentent de la dépression ou du mécontentement à propos de leur rôle de femme d'in-

térieur ou de maîtresse de maison, n'ont pas reconnu les choses qu'elles font comme des buts valables. Elles ont une opinion toute faite. Le but de tenir une maison propre et de préparer le dîner sur la table vaut tout autant que de vendre cinq cent mille francs de publicité. C'est seulement l'opinion courante qui fait apparaître l'un plus important que l'autre.

Il y avait une fois un homme qui perdit un million de francs et se retrouva complètement ruiné. Il dit à un ami : «Je suis ruiné. Je suis fauché. Je suis déshonoré.» L'ami n'était pas d'accord et dit: "Je comprends que tu sois fauché; c'est un fait. Mais que tu sois ruiné ou déshonoré, c'est ton opinion." En regardant la situation de cette façon-là, toute excuse d'échec s'éliminait d'elle-même. L'homme qui avait perdu cet argent réexamina toute la situation, se dirigea vers un autre travail, gagna plus d'argent qu'il n'en avait auparavant et se sentit encore plus heureux dans ce nouveau poste. Bien trop souvent, le problème n'est pas vraiment là où il se passe, mais il est dans votre opinion *à son sujet.*

Des gens me disent : "Je me sens si seul, J-R. Que puis-je faire ?" Je réponds : "Dis-moi ce qui se passe. Quels sont les faits ?" Ils disent : "Je vais travailler. Je fais mon travail. Je ne dérange personne. Personne ne me dérange. Je retourne chez moi, je rentre dans mon apparte-

ment, je prépare le dîner et m'installe pour regarder la télévision tout seul. Je fais ceci jour après jour. Je suis si seul." Je dis : "Maintenant, dis moi ce qui se passe dans tout ça." Ils me disent "Je vais travailler..." Je dis : "J'ai compris, mais le fait est que tu es tout seul. C'est ton interprétation d'être seul que tu appelles «si seul». Mais il aurait pu y avoir quatre personnes dans ton appartement, et tu te serais senti encore seul." On peut dire que l'on est seul, ce qui est un fait, mais l'on peut tout de même être heureux lorsque l'on est seul. L'on peut quand même s'épanouir.

Pour matérialiser ta réussite, tu utilises l'imagination créatrice. Sur l'écran intérieur de ton esprit, le théâtre de ton être, tu prépares des situations couronnées de succès. Imagine-toi, par exemple, en train de descendre une rue où la foule s'est réunie. En marchant dans cette rue en esprit, tu te trouveras peut-être dans une situation difficile. A ce moment-là, tu ne recules pas et tu ne crées pas de tension. Tu restes simplement là en esprit. Alors imagine-toi en train de régler la situation aisément.

L'image de ta pensée positive reviendra à travers ton esprit, et à cet instant, la tension commencera à disparaître. Il te faudra peut-être garder cette image un certain temps, et il est possible que tu doives répéter cet exerci-

ce plus d'une fois. Ce sont certainement des années de conditionnement que tu es en train de changer.

En progressant en imagination à travers le groupe de personnes et si tu désires ne pas ressentir les phobies qui affectent ta conduite et tes relations avec les autres, imagine-toi entouré d'une belle lumière blanche. Crée une image aussi belle que celle du plus beau Noël, ou celui de Pâques ou celui qui te chante. Place cette beauté et cet amour autour de toi. Dans le théâtre de ton esprit, laisse les gens te contacter, te parler et te sourire. Et plus encore, imagine-toi en train de leur retourner ce sourire.

Tu t'es si souvent menti qu'il existe une partie de toi-même qui pense que cela est un autre de ces mensonges, une autre de ces trahisons ou déceptions. Cette partie de toi qui a été trahie auparavant ne coopérera pas facilement. Mais, après avoir utilisé cette technique de visualisation un certain nombre de fois, cette partie commencera à te prendre au sérieux et, à ce moment-là, tu commenceras à changer. Est-ce de l'hypnose ? Non, car tu n'es pas endormi. C'est, en fait, de la haute suggestibilité. Tu te suggères un choix positif. C'est penser aux possibilités. Tu reconnais qu'il t'est possible de changer des situations qui ne fonctionnent pas.

L'idée ici, c'est de remplacer les images dont tu t'es servi

comme blocage contre toi-même. Remplacer ces images de doute, t'imaginer libre, pouvoir te déplacer confortablement ou que tu ailles, ceci est le chemin de la réussite.

Tu peux utiliser le théâtre de ton esprit afin d'éliminer des maladies logées dans ton corps si elles sont d'une nature psycho-génétique ou psychique. Tu imagines cette partie de ton être, de ton corps en train de guérir. Tu penses peut-être : «Je ne sais pas quelle allure a un foie sain.» Si tu ne sais pas, cherche un livre qui t'aidera dans ce processus imaginatif. Ce processus va plus loin que l'action de rêver éveillé. La conscience est plus active et plus dirigée. Tu penses délibérément aux choses vers lesquelles tu veux aller. Puis tu vas dans le monde afin de réconcilier la réalité externe à la vision interne.

De nombreuses personnes ont peur de la réussite et encouragent leur propre défaite. C'est étrange, mais vrai. Ces personnes pourraient être promues à des postes élevés dans leur profession; elles peuvent bien travailler, atteindre un certain degré de réussite et se retrouver au sommet. Mais, cependant, elles démissionnent ou se font renvoyer. Ou alors la compagnie fait faillite. Il se passe quelque chose qui les fait basculer de ce niveau de réussite car elles ne peuvent se maintenir dans cette conscience de réussite.

Le succès est, néanmoins, l'héritage de chacun. Potentiellement, nous sommes capables de réussir chaque chose que nous entreprenons. Les gens demandent : «Mais comment deux personnes peuvent elles réussir dans le même domaine ?» C'est facile. L'un réussira à Paris; l'autre à Lyon. Est-ce que les 4 milliards d'habitants sur la planète peuvent connaître le succès ? Oui. Chacun le peut, à sa manière personnelle. Si les 4 milliards réussissaient, cet endroit serait le paradis terrestre. Nous vivrions dans le jardin d'Eden.

Tous les grands maîtres de tous les temps - les adeptes, les sauveurs, les avatars - sont venus présenter l'idée que nous pouvons envisager notre divinité et notre élévation. Il semble bizarre que des gens qui apportent des clés pour l'élévation morale et le développement de chacun, qui encouragent les autres à manifester de l'amour et de la bienveillance puissent être appelés des travailleurs du diable. Cela paraît également étrange, qu'ils puissent être accusés de faire cela pour l'argent, d'utiliser les gens, ou de vouloir prendre possession du pays. Les grands guides se font tuer à cause de la peur, puis, les gens se mettent à prier afin de demander de l'aide à Dieu : «Seigneur, envoyez nous un sauveur. Donnez-nous un maître, un gourou qui nous illuminera et nous élèvera.»

Dieu te donne de nombreux maîtres, de nombreux gourous, de nombreuses personnes pour t'élever et te prêter assistance. Qu'en est-il de la personne que tu as épousée ? Et qu'en est-il de tes enfants ? Ils font partie de ta prière. Ils sont ta réponse, tes maîtres envoyés par Dieu. Les réponses à tes prières viennent tout le temps à ta rencontre. Tu pries peut-être pour un meilleur travail, et puis le patron te renvoie. Tu dis : «Oh Seigneur, que vais-je faire maintenant ?» Eh bien, tu ne pouvais pas obtenir le meilleur poste tant que tu avais celui-là. Maintenant tu es libre d'obtenir le travail que tu désires vraiment.

Fais une expérience intéressante et prends quelques minutes pour écrire ton propre bulletin nécrologique. Si tu venais à mourir en cet instant, que dirais-tu sur toi-même ? Pourrais-tu écrire quelque chose qui puisse élever un autre individu ? Aurais-tu envie d'écrire : «J'avais trois voitures, un bateau de pêche, une maison de campagne et 100 000 F en banque ?» Ecrirais-tu : «J'ai atteint tous les buts que je m'étais fixé dans ma vie ?» Ou bien : «J'ai contribué à améliorer le quartier où je vis ?» Ou : «J'ai vraiment aimé tous mes voisins ?» Ou : «J'ai vraiment aimé ma famille. J'ai élevé mes enfants dans une conscience d'amour ?» Quel serait ce bulletin nécrologique si tu l'écrivais maintenant ? En serais-tu fier ? C'est un exercice intéressant. Cela peut t'indiquer où tu en es

et ce vers quoi tu te diriges.

Quand tu t'es fixé un but - que ce soit à court ou à long terme - imagine-toi en train de l'atteindre. Utilise ton imagination créatrice et vois-toi en train d'atteindre ce but. C'est une bonne façon de stimuler le mécanisme du succès, une bonne façon d'amorcer la pompe. Maintiens en toi l'image de ton succès et de sa réalisation et continue d'aller de l'avant. Le pas suivant deviendra évident d'instant en instant. Tout ce que tu dois faire, c'est de maintenir cette image du succès déjà réalisé comme une direction, et puis d'aller vers la prochaine chose évidente à faire. Ceci, c'est vivre ici et maintenant, et c'est cela le succès.

CHAPITRE 2

LE POUVOIR
DE L'ESPRIT UNIVERSEL

L'action de placer quelque chose «dans la Lumière» peut-être intéressante. Cela a apporté beaucoup de choses à de nombreuses personnes et, parfois, des gens reçoivent ce dont ils n'avaient pas conscience d'avoir besoin. Il y a longtemps, un homme m'a téléphoné et m'a dit : «John-Roger, j'ai besoin d'un travail. Pouvez-vous faire ce qui est en votre pouvoir afin que j'obtienne un travail ?» J'ai dit : «Je le placerai dans la Lumière et nous verrons ce qui arrivera.» Quelques mois plus tard il appela à nouveau et était mécontent de moi car il n'avait pas encore obtenu de travail. Il dit : «Je croyais que vous faisiez des miracles. Vous m'avez dit que vous le placeriez dans la Lumière.» J'ai répondu : «Je l'ai fait. Au fait, comment va la santé ?» Il dit : «C'est la seule chose qui *ait* changé. Ma santé va nettement mieux maintenant. Je suis vraiment en bonne santé.» Je dis : «Je crois que maintenant tu peux obtenir ce travail.»

Une semaine plus tard, il me téléphona à nouveau pour me dire qu'il avait un nouveau travail. Il dit : «C'est curieux d'avoir pu être aussi bête et de trouver néanmoins un si bon emploi.» Je répondis : «Ce n'était pas nécessairement de la bêtise. C'était simplement ne pas voir assez loin dans le temps. L'important, c'est que tu puisses le voir maintenant.» Il dit : «Je n'aurais pas pu faire ce travail si ma santé ne s'était pas améliorée. Je me

rends compte maintenant que la Lumière m'apporte une meilleure santé afin de me préparer pour ce travail. Si je l'avais obtenu quelques mois auparavant, j'aurais été renvoyé le premier ou le deuxième jour. J'aurais succombé sous le stress. Comment puis-je vous remercier ?» Je dis : «Tu pourrais placer cette pensée dans la Lumière pour la prochaine personne qui se trouvera dans une situation semblable.» Il dit : «Comment dois-je faire ?» Je répondis : «Je crois que tu l'as déjà fait. Si tu as eu le courage de m'appeler et de me raconter ceci, je suis sûr que c'est déjà réalisé.»

Tu peux obtenir beaucoup de choses par le biais de l'esprit universel. Lorsque tu pries sans cesse pour quelque chose, il y a un espace dans l'esprit universel qui écoute et répond à tes prières. J'ai souvent voyagé dans le royaume de cette force créatrice et j'y ai vu des machines à laver, des sèche-linge, des voitures neuves, des vêtements neufs et des choses que je n'aurais pas pu imaginer. Des gens ont prié pour obtenir ces choses, ont déclenché le processus créateur, et puis se sont arrêtés juste avant de les avoir obtenues. Ils ont acquis le pouvoir de manifester leurs désirs et ils se sont arrêtés - alors qu'ils y étaient presque ! Ce qui m'a traversé l'esprit en voyant ces objets, c'était : «Pour l'amour de Dieu, soyez tenaces !» Si vous ne l'êtes pas, vous vous arrêterez juste

avant d'obtenir ce que vous voulez, et ensuite vous regretterez de ne pas avoir achevé cette action.

Quand tu t'arrêtes avant d'avoir ce que tu désires, tu ressens peut-être un sentiment étrange dans ton corps qui te dit : «Je sens que je devrais être près d'obtenir ou de faire quelque chose, mais je ne peux pas mettre le doigt dessus. Je ne me sens pas satisfait.» Cette chose que tu as créée est à toi. Tu l'as possédée mentalement, et maintenant il ne te manque plus qu'à la manifester physiquement. Elle viendra peut-être du magasin de réfrigérateurs du coin, ou de ton voisin d'à côté; ton environnement est prêt à te l'apporter.

Il y a de nombreuses années, une amie essayait de vendre sa maison et nous avons discuté de la manière de programmer l'esprit universel pour obtenir ce qu'elle désirait. Elle me dit : «Ma maison ne se vend pas. Cela fait longtemps qu'elle est à vendre, plus de six mois, et je n'ai pas reçu une seule offre raisonnable. Peux-tu m'aider à programmer la vente de ma maison ?»

J'étais d'accord pour enseigner une technique à mon amie. Je lui ai demandé d'écrire tout ce qu'elle désirait voir se produire pour sa maison. Elle écrivit les nombreux avantages de sa maison, tous ses points forts et sa beauté. Elle écrivit toutes les modalités de la vente qu'el-

le désirait - le prix demandé, le prix le plus bas qu'elle accepterait, la date de la vente, les conditions du règlement financier, le taux d'intérêt, tout. Puis elle m'apporta la feuille afin que nous puissions la charger d'énergie ensemble.

Je lus la liste et réalisai que mon amie avait également commencé à programmer la personne qui allait l'acheter. Elle avait programmé qu'elle aimerait la maison, qu'elle y serait heureuse, qu'elle serait mariée, qu'elle aurait des enfants et que la famille aimerait la maison. La programmation dans ce domaine ne la concernait pas. L'acheteur ne serait peut-être pas marié, n'aurait peut-être pas d'enfant et désirerait possiblement faire quelque chose d'entièrement différent de la propriété et de la maison. Ce serait son droit. Elle franchissait les limites de sa zone d'intérêt. C'était valide seulement pour programmer la vente immédiate de la maison et pour s'assurer que chacun bénéficierait de la transaction. Le reste n'était pas valide.

J'ai regardé la programmation afin de m'assurer que tout pouvait fonctionner, puis, nous l'avons chargée. J'ai suggéré que mon amie la lise 100 fois pour l'activer dans l'esprit universel. Après l'avoir lue 50 fois, elle dit qu'elle ne connaissait plus la signification des mots. Elle avait complètement perdu contact avec ce qui se passait,

et ceci lui apporta un détachement émotionnel. A la 75e fois, les choses ont recommencé à s'éclaircir, mais toujours d'une façon détachée. Après l'avoir lue 95 à 100 fois, elle dit: «Il se dégageait tant de pouvoir que c'était comme si Dieu disait ces mots.» La maison se vendit en trois semaines. L'acheteur passa la porte et dit : «Je la prends.» Elle fut achetée au bon prix et au bon taux d'intérêt et tout se passa bien.

Il existe une clé pour programmer l'esprit universel que de nombreux métaphysiciens et maîtres de la science de l'esprit oublient d'expliquer : sois bien sur d'écrire *chaque détail.* En général, l'esprit universel est une énergie neutre. Il n'a pas d'opinion à ton sujet, il ne se préoccupe pas de toi ou de tes demandes. C'est simplement de l'énergie. Si tu ne fais pas attention, et que tu programmes quelque chose d'incomplet ou d'insensé, tu obtiendras ce que tu as demandé - ni plus, ni moins. Ce sont des énergies psychiques et magnétiques avec lesquelles tu travailles. Elles ne s'occupent d'aucun type de jugement ou de morale. Elles iront dans la direction que tu leur fais prendre.

J'ai appris à mes dépens qu'il était nécessaire de programmer très précisément ce que l'on voulait. Il y a des années, j'ai programmé un magnétophone. J'en ai eu un, mais j'ai découvert qu'il n'avait que deux vitesses, et

j'avais besoin d'un magnétophone à trois vitesses. Alors je me suis mis à en programmer un à trois vitesses. Je l'ai obtenu, mais il ne pouvait pas lire les bandes de 175mm. Alors j'en ai programmé un qui pouvait le faire, je l'obtins, et, je me rendis compte qu'en fait, j'avais besoin d'un appareil à cassettes. A la fin, j'avais environ 14 appareils. Je les obtins à des prix si alléchants que je ne pouvais pas les refuser. Bien que j'air pu les obtenir facilement, j'avais besoin d'apprendre à programmer plus spécifiquement.

Certaines personnes demandent ou prient ou «négocient» pour obtenir quelque chose et puis le laissent tomber. Il se peut que rien n'arrive. Le point de vue de ces personnes est qu'elles ont négocié; et de ce fait, la négociation aura lieu. Une femme a été soignée pour une tumeur. Son traitement, sa négociation consistait à *nier* qu'elle existait. Sa technique ne fonctionnait pas très bien car la tumeur existait bel et bien.

Ce procédé, c'est comme celui de nier l'existence de la chaise sur laquelle tu es assis. Lorsque tu nies quelque chose, tu donnes, en fait, de l'énergie à cette chose. Tu sais qu'elle est réelle, autrement tu ne serais pas en train de la nier. Lorsque tu nies quelque chose, ce que tu fais vraiment, c'est d'affirmer son existence. Cette chose utilisera l'énergie que tu lui donnes et atteindra un niveau

où tu ne peux avoir de prise. *Ne la nie pas; reconnais son existence et travaille afin de l'amener à un niveau que tu sais gérer.*

Si tu dis qu'elle n'est pas là, tu te fais marcher. Tu te mens et tu te trompes. Cela ne marchera pas. Dès que tu nies quelque chose, tu sais qu'elle existe. Maintenir ce démenti, c'est lui donner plus d'énergie. Au lieu de nier, reconnais qu'il existe un déséquilibre, un état de malaise et alors, place la Lumière dessus pour le guérir. Continue à envoyer de la Lumière à cet endroit. Continue à le voir guéri, en bonne santé et en entier. Ceci infuse de l'énergie positive à cet endroit; cela peut le guérir.

Lorsque tu nies quelque chose ou que tu l'appelles diabolique, tu donnes du pouvoir à un point de vue négatif. En réalité, tu es la Lumière, et tu donnes de la Lumière là ou tu places ta conscience. Affirmer l'existence de quelque chose que tu désires, c'est la placer dans un champ vibratoire particulier de l'esprit universel. Si tu te contentes d'un état vibratoire à côté de toi, cela est merveilleux. La plupart des gens, néanmoins, préfèrent la matérialiser en une forme plutôt physique. Pour le faire, tu dois te rendre là où tu peux la recevoir.

Si tu veux pêcher la truite et que tu te vois en esprit en

train d'en attraper beaucoup, ne vas pas au Sahara pour attendre que ta vision se manifeste. Rends-toi là où il y a de l'eau, et où il existe de fortes possibilités d'en trouver. Tu dois te placer d'une manière active en position d'obtenir ce que tu veux.

Certaines personnes restent à la maison jour après jour à prier Dieu de leur envoyer un travail. S'attendent-elles à ce que quelqu'un frappe à la porte et leur dise : «Vous êtes embauché ?» Si tu désires un travail, regarde au moins les petites annonces. C'est une action vers l'accomplissement de ton désir. Ta prochaine action sera peut-être d'appeler quelqu'un qui travaille dans le domaine qui t'intéresse, et de t'informer de ce qui est disponible, des possibilités. Tu pourrais appeler tes amis et dire : «Je cherche un emploi. Faites-moi savoir si vous entendez parler de quelque chose.» Tu dois agir d'une façon positive. Projette l'énergie et commence à attirer vers toi ce que tu désires.

Si tu veux un meilleur emploi, fais-le savoir. Sois spécifique. «J'aimerais gagner au moins 25 000 Francs de plus par an. J'aimerais travailler moins longtemps par semaine. J'aimerais travailler tout près, car je n'ai pas envie de conduire si loin. J'aimerais travailler avec un meilleur matériel et avoir de meilleures opportunités d'avancement.» C'est important d'être raisonnable. Une

partie du chemin spirituel implique ton esprit, qui est l'écran de ton Ame. Applique ton esprit et ton attention à voir clairement où tu te diriges afin de ne pas faire les choses à l'aveuglette.

Si tu veux une nouvelle robe, tu dois aller la chercher. Tu dois te mettre en position de recevoir cette robe. Lorsque tu vas dans un magasin, la vendeuse te demandera ce que tu cherches. Si tu sais ce que tu veux, et que tu commences à décrire cette robe, la vendeuse pourra s'en faire une idée. Elle dira peut-être : «Je pense avoir exactement ce que vous cherchez.» Cela économise du temps quand elle comprend ce que tu veux et elle dit : «Voilà. Comment trouvez-vous ceci ?» Tu dis : «C'est presque ça. Je vais l'essayer.» Elle est peut-être même mieux que ce que tu l'avais imaginée et tu l'achètes. Tu l'as trouvée car tu t'es placé en position de réceptivité.

Tu peux utiliser le pouvoir de l'imagination pour attirer les choses vers toi. L'esprit universel existe, il est bien réel. Utilise l'imagination comme une clé pour ouvrir la porte. Aussitôt que la porte s'ouvre, abandonne l'imagination pour entrer dans la réalité.

L'imagination peut aussi créer tes maladies psychosomatiques, tes allergies, tes tumeurs, tes caries et ta mort. Ce sont les formes d'une imagination mal employée.

Est-ce faux de penser que quelque chose est mauvais ? Pas nécessairement. Lorsque tu vois quelque chose qui te semble mauvais, c'est une réalité qui t'es propre; tu reconnais que c'est mauvais pour toi. Jusque là, tu n'as rien fait d'incorrect. Tu te rends simplement compte, ou tu constates la réalité du moment. Alors que quelqu'un d'autre verrait cela différemment, pour toi, cela semble mauvais. Ta prochaine action sera de placer la Lumière dans cette réalité afin de l'équilibrer. Cette action peut la faire exploser, entrer en éruption, la nettoyer - ce qui sera nécessaire pour lui rendre son équilibre.

Si tu restes assis dans ton fauteuil et si tu te dis : «Je pense que les gens dans la rue ne m'aiment pas, ils sont donc mauvais», tu utilises de l'imagination *négative*. Tu construis cette image, tu la crées dans ton esprit. Consciemment, tu ne sais pas si tu leur plais ou non. Jusqu'à ce que tu le saches, tu projettes simplement des images qui reflètent ou ne reflètent pas la réalité.

Un mari pourrait dire : «Ma femme m'a trompé, je le sais.» Dans son esprit, il la voit en train de le tromper. Puis, lorsque cela arrive, il se demande pourquoi. Sa pensée l'a peut-être créé. Les pensées peuvent avoir un tel pouvoir.

L'esprit universel ne connaît ni le concept du bien, ni

celui du mal. Il a tout simplement de l'énergie disponible. Il t'apporte la vision que tu maintiens ou que tu imagines. Bien que chacun puisse accéder à cette énergie, tu dois apprendre comment l'utiliser afin de créer des résultats positifs.

Par exemple, si une femme désire un bébé, elle peut s'imaginer ce que cela veut dire d'en avoir un. Elle peut, en elle-même, faire l'expérience de la vie avec ce bébé avant même d'être enceinte. Elle fait ceci en imagination. Le mari désire également un bébé et il l'imagine également. Ils commencent à parler du bébé qu'ils désirent avoir. Ils parlent des choses qu'ils veulent lui donner. Ils se donnent l'un à l'autre une vision positive; ils n'imaginent jamais l'enfant estropié ou retardé mentalement. Ils le voient beau, en bonne santé, parfait. Ils entrent dans la relation qui produit l'enfant. L'enfant naît très beau et chacun pense: «Il est exactement comme je le désirais, exactement comme je l'avais vu.»

Il existe d'autres facteurs pouvant affecter le processus de l'esprit universel. Lorsque tu entres dans cet esprit, que tu imagines ce que tu veux et que tu le manifestes, cette forme peut attirer l'Esprit en elle. Si tu imagines l'enfant et que cette vision pénètre dans l'esprit universel, cette substance, cette essence, entre dans une forme Esprit et choisit une Ame. Afin d'accomplir un travail

particulier, cette Ame peut manifester un corps qui a une difformité physique. Alors les parents disent : «Pourquoi moi, Seigneur ? Pourquoi cela doit-il m'arriver ?» Des situations karmiques peuvent être présentées aux parents, aussi bien qu'à l'enfant.

Suivant le flux karmique, les parents choisiront peut-être de faire élever l'enfant dans une institution. Des amis bien intentionnés jugeront peut-être ceci et penseront : «Comment peuvent-ils faire une chose pareille ?» Ils peuvent le faire car ils sont libres karmiquement d'agir ainsi. L'enfant peut avoir simplement utilisé le corps des parents pour revenir dans ce niveau. Alors, très bientôt, l'enfant suivra son propre chemin.

En réalité, bien évidemment, les gens n'ont de karma qu'avec eux-mêmes. Bien qu'ils aient des relations étroites entre eux afin d'éliminer certaines situations karmiques, le karma est en rapport avec eux-mêmes, pas avec les autres. Les autres personnes peuvent les aider à éliminer leur karma, mais c'est toujours le leur. De nombreuses personnes peuvent les aider à réaliser ceci.

Tu demanderas peut-être : «Quelle est ma situation karmique avec cette personne ?» Le karma qui est en *toi-même* est lié au fait que tu as fait beaucoup de mal à quelqu'un dans une vie antérieure, et que tu dois main-

tenant te rendre compte de cette douleur. La personne qui t'apporte cette action n'a pas nécessairement pris part à la situation passée. Tout ce qui importe est que tu apprennes quelle est ta peine, et comment équilibrer l'action.

Si tu fais appel à l'esprit universel, et que tu répètes ton programme au moins 100 fois, tu attireras les choses vers toi. Si tu fais appel à l'Esprit, cela peut se manifester à travers l'esprit universel. En répétant ta programmation, tu penseras peut-être : «C'est idiot. C'est stupide.» Continue. Nombreux sont ceux qui s'arrêtent juste avant de recevoir les choses qu'ils avaient programmées.

En fait, l'action de programmer est une prière. En répétant le programme, elle devient comme un mantra. Ce mantra crée une force, et la force fait naître une essence en toi et autour de toi. Cette essence peut être si puissante que lorsque tu entres dans un magasin, la vendeuse te dira: «Je sais exactement ce que vous recherchez. Venez ici. J'ai une bonne affaire pour vous. Voilà.» Tu répondras : «C'est ça ! C'est exactement ce que je voulais.»

Lorsque tu attires des choses vers toi par le moyen de la programmation, crée dans ton esprit une image de ce que tu désires. Crée une image *visuelle* très claire. Visualiser est d'une extrême importance pour accélérer

les choses. Si tu peux même trouver une photo de ce que tu veux, colle-la sur ton miroir ou à un autre endroit que tu regardes souvent. Fais en sorte que ce soit la première chose que tu voies le matin et la dernière que tu voies le soir. Si tu peux avoir plus d'une photo, mets-les dans différents endroits de la maison.

Si tu veux maigrir, mets la photo d'une personne mince et jolie sur la porte du réfrigérateur. Tu la verras quand tu désireras grignoter, tu te retourneras et tu partiras. Le fait de partir représentera peut-être maigrir de 500gr. Si tu reviens une heure plus tard, la photo sera toujours là. Regarde-la et imagine-toi aussi mince. Cela t'aidera à te créer cette réalité.

Si tu désires une nouvelle télévision couleur, imagine cette télévision dans ton salon. Vois quelle allure elle aura et où tu la mettras. Imagine-toi sur le canapé en train de regarder la télévision avec sa perfection. Vois également le prix que tu peux te permettre de payer. Imagine-la livrée en parfait état chez toi et installée correctement. Vois tout cela en détail. S'il manque quelque chose, tu n'atteindras pas la perfection. Programme-la parfaitement et place-la dans l'esprit universel. Si tu dois l'obtenir, l'argent apparaîtra et tu l'auras. Ce sera facile lorsque tout est bien et juste. Il est difficile d'expliquer à quel point c'est facile lorsque tout est en place.

Tu te demandes parfois ce qui te particularise quand tu reçois tant de bonnes choses. Il n'y a pas de mystère à cela. Tout cela suit l'ordre logique de la loi. La loi Divine est partout. Tu ne perçois peut-être pas toutes ses manifestations en tant que divines, car tu ne connais peut-être pas toute l'histoire. Tu n'en vois qu'une petite partie dans ta réalité limitée. Tu l'interprètes en utilisant une infime partie de ton esprit et tu ne peux absolument pas comprendre l'immensité qui est au-delà de tes sentiments. Comment s'étonner du fait que tout te devienne confusion ?

En programmant l'esprit universel, place dans la Lumière *pour le plus grand bien* toute pensée que tu émets. Tu t'apercevras de plus en plus que les choses s'équilibrent plus parfaitement autour de toi. Demande toujours que la volonté de Dieu soit faite pour le plus grand bien. Alors, si tu dois recevoir quelque chose, l'équilibre se fera.

Si tu ne peux pas le demander de cette façon là, il se peut que tu l'obtiennes tout de même, mais tu obtiendras peut-être également tout ce qui l'accompagne. Tu auras peut-être le réfrigérateur que tu désires, mais le système de refroidissement tombera en panne. Tu le fais réparer, puis des fissures se produisent. Tu penses : «Ça ne vaut pas tous ces ennuis.»

De plus, lorsque je programme quelque chose, j'émets toujours l'idée que l'argent nécessaire se présentera de façon à ne causer de tort à personne. Sinon, l'argent peut se manifester à la suite d'un héritage, et donc de la mort de quelqu'un.

Il y a quelques années, je cherchais une nouvelle maison. J'en désirais une où je pourrais travailler efficacement, une maison qui me conviendrait. J'ai programmé tout ce que je désirais. Une des choses que j'avais programmées était une grande cour. La première maison que je vis en avait une, mais il y avait un problème d'écoulement des eaux - la cour était inondée par les pluies d'hiver. Alors je me mis à programmer une maison avec une grande cour, et un bon système d'écoulement des eaux. La maison suivante que j'ai trouvée était construite juste à côté d'une station d'écoulement des eaux de la ville. Ces expériences n'arrêtaient pas. Je me rendis compte qu'il était pratiquement impossible de penser à tous les cas de figure qui existaient. J'oubliais toujours quelque chose, et chaque maison que je trouvais reflétait des domaines que j'avais oubliés de programmer.

J'ai finalement abandonné en plaçant le tout dans la Lumière pour le plus grand bien, en disant : «Seigneur, tu sais mieux que quiconque ce dont j'ai besoin. Ce que tu

me présenteras sera parfait pour moi.» A peine une semaine plus tard, j'ai trouvé une belle maison qui possédait tout ce que je désirais - et beaucoup plus. C'est vraiment utile d'inclure cette clause de sécurité: pour le plus grand bien.

CHAPITRE 3

LE POUVOIR DE TON ESPRIT

L'esprit est un outil adapté à ce niveau et il apporte des expériences semblables à de nombreuses personnes. Alors que certains traversent plus de karma mental que d'autres, l'action essentielle de l'Esprit est la même pour tous. Crois-tu être le seul à ressentir ces choses ? Demande à ceux qui t'entourent.

Il se peut que tu t'éloignes d'une personne ou d'un groupe, car tu penses qu'ils font des choses étranges. C'est peut-être vrai, mais écoute toutes tes pensées et *ensuite* décide ce qui est étrange et ce qui ne l'est pas.

Tu penseras peut-être : «Certainement pas. Je ne vais pas te faire part de mes pensées; elles sont trop bizarres. Personne ne pense comme moi !» Et puis, tu parles à ton meilleur ami qui te dit : «Tu sais, parfois j'ai de drôles de pensées» et il se met alors à te raconter presque exactement ce à quoi tu pensais. Tu te dis : «Oh Seigneur, nous sommes deux à penser comme ça !» Puis tu rencontres quelqu'un d'autre qui dit : «Dernièrement, j'ai eu des pensées très étranges.» Bientôt vous formez des groupes afin de discuter de ces expériences communes.

Les alcooliques avaient l'habitude de penser qu'ils étaient seuls à faire cette expérience. Certains le pensent

encore. Mais, dans les Alcooliques Anonymes, ils se rassemblent pour s'élever et s'aider les uns les autres, en parlant de leurs expériences intérieures par rapport à l'alcool. Ils se rendent compte qu'ils ont vécu de nombreuses expériences semblables. AA a créé des chapitres spéciaux pour le conjoint et pour les enfants d'alcooliques, car leurs expériences sont similaires.

Les personnes qui ont eu des expériences psychiques ou spirituelles pensaient qu'elles étaient seules. Maintenant, les gens sont de plus en plus nombreux à se réunir pour parler de ces choses. Ils se rendent compte que beaucoup d'autres personnes vivent des expériences semblables.

Certains ont encore peur des expériences spirituelles, et pensent qu'elles font partie de la catégorie des histoires de fantômes et de maisons hantées. Cela n'est pas vrai. De nombreuses choses existent en dehors de notre champ d'activité physique et nous ne pouvons pas les voir, les sentir, les savourer ou les entendre. Les expériences spirituelles font purement et simplement partie de la réalité. Elles ne sont ni anormales, ni étranges.

La conscience humaine, en se développant dans la Lumière, pénètre toute chose. Néanmoins, sur cette planète notre conscience est souvent comprimée dans la

forme physique. Elle ne fait attention généralement à rien d'autre. Mais, en même temps, quelque chose nous dit à l'intérieur : «Je sais qu'il existe autre chose ailleurs.» La partie qui regarde, ne voit pas. La partie qui écoute, n'entend pas. La partie qui touche, ne sent pas. Alors qu'aucun de nos sens n'en soit conscient, la partie de nous qui est le prolongement d'une présence plus large sait qu'il existe autre chose que l'existence physique.

Dans le monde d'aujourd'hui, il semble que nous ayons de nombreuses raisons de ressentir de la peur, de l'insécurité et du désespoir. Par exemple, certaines personnes ont peur de manquer de nourriture et de carburant. Certains manques bien sûr se font sentir. Il y en a toujours eu. Des cultures et des pays entiers n'ont jamais eu suffisamment de nourriture, de carburant ou d'habitations pour leur peuple. Mais, toutefois, la véritable insuffisance, aujourd'hui, se situe au niveau de l'intelligence -la capacité de regarder vers l'avant, de penser et de tracer un plan d'action. Les autres manques existent seulement à cause de cette mauvaise gestion et de la piètre distribution des provisions actuelles.

Si tu as le courage de regarder vers l'avant d'une façon réaliste, de penser, et prévoir intelligemment, tu es capable de t'occuper de toi-même. Que fais-tu lorsque la

peur, l'insécurité et la colère pénètrent ta conscience ? Entre dans le théâtre de ton esprit, de ton mental, et imagine-toi capable de penser et de prévoir intelligemment. Travaille là-dessus. Mets-le en pratique.

As-tu entendu l'expression parfois utilisée pour expliquer pourquoi certaines personnes réussissent dans la vie ? On dit que, pendant que d'autres personnes dormaient, ces personnes-là travaillaient. On se demande si elles n'ont jamais sommeil, n'est-ce pas ? L'expression veut sans doute dire que, pendant que la conscience de certaines personnes étaient en état de sommeil, celles qui réussissaient étaient actives et alertes, le regard tourné vers l'avant, en pensant, en prévoyant et en agissant. Elles entretenaient des images de réussite et d'accomplissement, et ne perdaient pas de temps. Elles perfectionnaient activement leurs niveaux de conscience, et devenaient positives dans leur approche de la vie.

Penser n'est pas une action naturelle de la conscience humaine. Tu diras peut-être : «Mais si. Tout le monde pense.» Je vais te surprendre: peu de gens pensent. La plupart des gens *réagissent* et font croire qu'ils ont pensé. Penser est la *cause* des choses. La réaction est *l'effet.*

Combien de fois penses-tu vraiment, et combien de fois

réagis-tu ? Tu réagis probablement environ 90% du temps. Le plus souvent, tu réagis à tes réactions antérieures ou aux réactions d'une autre personne. C'est une longue chaîne d'effets et d'effets et d'effets. C'est comme des dominos : tu en touches un, et ils tombent tous.

Quand tu fais l'expérience de la négativité, pose-toi la question de savoir si tu es tout le temps négatif. La réponse, bien sûr, est non. Puisque tu n'es pas négatif tout le temps, la négativité n'est pas permanente. Tu diras peut-être: «Mais je ne suis pas toujours heureux non plus, donc le bonheur n'est pas permanent.» Je n'ai jamais dit cela. Il existe, néanmoins, un juste milieu, où tu te sens à l'aise avec ce qui se passe autour de toi, et en toi.

Le bonheur provient de l'intellect, des émotions et du corps qui sont constamment en évolution, mais la joie provient de l'Esprit. Donc, il est vrai que lorsque tu t'élèves jusqu'à l'Esprit en toute chose, et que tu participes réellement à l'Esprit, tu connais la joie - même au milieu du désespoir physique, émotionnel ou mental.

Le désespoir est le produit de ton interprétation de la situation, et ne vient pas de la réalité de cette situation. Une vraie catastrophe personnelle peut arriver, mais c'est très rare. Tu peux te créer une conscience de catastrophe,

néanmoins, avec ta propre interprétation des faits.

Disons que tu es assis seul sur une chaise. C'est un fait. Ton interprétation de ce fait peut être : «Je me sens seul.» Lorsque tu te seras éveillé à l'Esprit qui est en toi, tu *sauras* que tu n'es jamais seul. Tu ne ressentiras plus la solitude. Le Bien-aimé est toujours avec toi, toujours en ta compagnie. Tu n'as qu'à t'éveiller à cette réalité.

T'es-tu déjà donné un but, pour ensuite t'apercevoir que tu ne pouvais pas l'atteindre ? Tu es peut-être arrivé très près de ce but, mais tu n'as pas atteint la réussite. Utilise le théâtre de ton esprit pour imaginer ta réussite -la réalisation, l'accomplissement, la victoire. Si tu donnes suffisamment de force à cette vision, elle t'arrivera. Même lorsqu'une partie de toi-même semble abandonner - consciemment ou pas- une autre partie maintiendra cette vision. Alors, peut-être au moment où tu t'y attendras le moins, tu auras «soudain» atteint ton but.

Lorsque tu t'es fixé un but ou une direction, tu auras peut-être peur de la défaite, peur de ne pas être à la hauteur et de ne pas atteindre ce but. Tu es en bonne compagnie. Je suis sûr que tout le monde sur cette planète a fait l'expérience de cette peur. Mais, cependant, il n'existe pas de vraies défaites. Le mot *défaite* est seule-

ment ton interprétation d'une épreuve que tu n'es pas encore prêt à passer.

Il se peut que la raison pour laquelle tu n'es pas prêt à la passer soit que tu n'as pas encore suffisamment nourri ton esprit d'informations correctes. Tu n'y as pas assez pensé, tu n'en es pas devenu sûr dans tes émotions, tu n'as pas créé dans ton corps l'aptitude que tu pourras utiliser au moment de l'épreuve. Ces supposées défaites ne te sont pas reprochées. Tu peux tout simplement dire : «Oui, je n'ai pas passé cet examen. Je suppose que j'ai intérêt à redoubler.» Ou : «Je suppose que je ne suis pas fait pour ça. Je vais choisir une autre direction.»

L'examen n'enregistre pas ta défaite; *tu* l'enregistres. L'examen montre ton manque de préparation et te révèle le travail nécessaire à entreprendre pour réussir. En comprenant cela, tu te rendras peut-être compte que ta tâche est de revenir en arrière, de réviser le sujet que tu n'avais pas compris auparavant et de l'apprendre cette fois-ci. Si, dans la vie, tu sais à l'intérieur de toi que chaque pas prépare le pas qui suit, tu es sur le bonne voie.

Que penserais-tu si quelqu'un avait gravi avant toi l'échelle qui mène au ciel, et avait construit chaque barreau à la perfection afin que toi et tous ceux après toi puissent

monter facilement ? Ce serait bien, n'est-ce-pas ? Que penserais-tu, toutefois, si la personne avant toi ne savait même pas planter un clou correctement et avait laissé les barreaux de travers et branlants ? Aimerais-tu suivre cette personne ? Tu préférerais certainement suivre la personne qui fait bien les choses, qui fait attention et vérifie son travail mais, même si tu suis une telle personne, tu dois tout de même être responsable de ta propre progression.

Bien qu'il soit sage de suivre le meilleur exemple, tu peux t'apercevoir qu'il est également sage de te mettre à vérifier les choses toi-même. A chaque barreau de l'échelle, vérifie que tu t'appuie sur quelque chose de solide. Lorsque le barreau vient à toi, prends-le et garde ton regard sur lui, jusqu'à ce qu'il soit en dessous de toi. Puis, fais attention au prochain pas. De cette façon, tu ne te poseras pas de questions sur le terrain où tu te trouves; tu te seras préparé en étant vigilant, consciencieux et en vérifiant constamment. Tu ne trébucheras pas et n'échoueras pas à ton travail, et les personnes en dessous pourront te suivre en toute sécurité.

Quand le moment sera propice, tu t'éveilleras à la conscience de la Lumière en toi. Un aspect de ton éveil sera d'assumer ta propre responsabilité, et celle de tes propres actions. Imagine que ton voisin te recommande

une voiture, tu l'achètes et elle ne marche pas bien. A qui la faute ? A ton voisin ? Pas du tout. C'est ta faute. Pourquoi ne l'as-tu pas essayée ? Pourquoi ne l'as-tu pas fait vérifier par ton garagiste ? Pourquoi n'as-tu pas procédé à une vérification plus approfondie ?

La seule vraie réponse est que tu ne l'as tout simplement pas fait. Ne condamne pas ton voisin et ne te condamne pas toi-même. Fais en sorte que l'expérience soit ton maître. Apprends au passage; cela a été une expérience précieuse. Lorsque tu te fatigueras de faire des sottises, tu t'y prendras peut-être d'une manière plus intelligente. J'ai souvent dit : «Quand tu seras fatigué d'être fatigué, tu changeras.» Il est toutefois rare de changer avant d'en arriver à ce point-là, à moins que tu aies quelqu'un qui t'aime suffisamment pour te faire sortir du lit le matin et te faire avancer.

C'est formidable d'avoir quelqu'un qui, malgré tes mauvaises habitudes, t'aime en t'élevant à une plus grande perfection. Lorsque tu sers du pain brûlé au petit déjeuner, il rentre quand même le soir. Il manifeste peut-être une préférence pour le pain qui n'a pas brûlé, mais ce n'est pas la fin du monde. Si tu recommences le lendemain matin, il décidera peut-être de ne pas prendre de petit déjeuner. Si tu fais le même coup le troisième jour,

ils se peut qu'il décide de préparer son propre petit déjeuner. Il devrait peut-être préparer le tien également. Tu pourrais alors apprendre quelque chose.

Me croiras-tu si je te dis que j'ai rencontré une femme qui brûlait les toasts constamment, jour après jour, et qui enlevait le brûlé en le grattant ? C'est vrai. J'avais du mal à le croire. J'ai demandé à son mari : «Est-ce que ta femme s'assure vraiment que les toasts soient cuits en les faisant brûler des deux côtés et en les grattant ensuite à la couleur qui te plaît ?» Il répondit : «Y-a-t'il une autre façon de faire ?» J'aurais pu lui expliquer, mais pourquoi détruire un mariage parfait ? Il n'est pas nécessaire de montrer aux gens une meilleure façon si celle qu'ils utilisent, même si elle semble très mauvaise, leur convient.

J'ai visité, il y a longtemps, quand j'étais très jeune, une réserve indienne. Je n'étais pas habitué à la culture indienne, et je ne savais pas grand chose des Indiens ni de leur histoire. J'avais été élevé avec les clichés «des cowboys et des Indiens», selon lesquels les Indiens étaient toujours les méchants. C'était tout ce que je savais. Je pensais que les Indiens étaient là afin d'être tués par la cavalerie. J'avais été élevé dans cette manière de penser.

Lorsque j'étais dans la réserve, j'ai vu des hommes et des femmes pleurer parce qu'un bébé était mort. Leur chagrin était profond. Ma conscience se trouva secouée de les voir pleurer exactement comme le feraient les gens de mon milieu si un enfant de la famille mourait. J'avais pensé que nous étions les seuls à avoir des sentiments. Ce fut pour moi une grande leçon de conscience universelle.

Peu après cela, j'ai visité un quartier de la ville où vivaient la plupart des noirs de la région. Le conditionnement de ma conscience avait été que les noirs étaient, d'une manière ou d'une autre, complètement différents des blancs. Pourtant j'ai vu des mères et des pères aimer leurs enfants et des petits en train de jouer aux mêmes jeux que moi. J'ai commencé à réaliser que *nous sommes tous un*, que l'expérience humaine est essentiellement la même pour nous tous.

Les enfants sont trop souvent élevés dans une conscience de séparation qui est entièrement fausse et qui est nuisible. Il est bon pour nous tous, enfants et adultes de même, de faire la connaissance de personnes de différentes couleurs, de différentes croyances, de différents niveaux socio-économiques et d'apprendre à les aimer dans leur unicité en tant qu'individus.

Une fois quelqu'un m'a demandé pourquoi, d'après moi, Dieu avaient créé différentes races. Je répondis: «Ne serait-ce pas ennuyeux si nous étions tous de la même couleur ? C'est sympathique de voir les différents couleurs. C'est fantastique, C'est un arc-en-ciel, un kaléidoscope.» Les races différentes représentent d'autres expériences à ce niveau, c'est tout. Nous faisons tous l'expérience de chacune d'entre elles à un moment ou à un autre. Comprendre cette idée peut nous unir rapidement.

Je crois que Dieu a très bien fait de nous placer sur Terre en disant : «Débrouillez-vous; trouvez une solution ensemble.» Quand tu dis : «Pas moi», l'Esprit te fait passer par des crises qui te forcent à comprendre. Alors tu dis : «Il existe des pauvres dans d'autres pays; les enfants ont froid, ont faim et pleurent. Aussi triste que ça paraisse ici, c'est encore pire là-bas.» Tu compatis avec eux et tu dis : «Occupons-nous d'eux».

Que tu puisses ou non faire quelque chose physiquement, commence par prier pour ces personnes. Maintiens dans ton esprit l'image de leur réussite. Prends ces images de la réussite et émets-les en envoyant à ces personnes toute l'énergie dont tu es capable afin de les aider à s'élever. Si nous sommes assez nombreux à

faire ceci, la conscience commencera à bouger et une plus grande réussite atteindra les personnes auxquelles l'énergie est envoyée.

Tu a été placé ici avec quelque chose de spécial en toi: la capacité de contacter l'Esprit à l'intérieur de toi. Cette énergie spirituelle te permet de contacter l'esprit universel et d'y placer des images de réussite en utilisant ton propre esprit. Quand tu auras fait cela assez longtemps, tes images positives pèseront sur l'esprit universel et elles commenceront à descendre dans la réalité. Pour manifester ces images positives l'esprit universel choisit des individus à l'esprit ouvert -des architectes, des ingénieurs, des hommes de science et d'autres qui leur ressemblent car ils ont en eux la poussée créatrice de se maintenir ouvert à ce qui est nouveau.

Si tu vois que tu ne changes pas, tu es peut-être tombé dans une ornière. Connais-tu la différence entre une ornière et une tombe ? Une ornière est ouverte aux deux extrémités. Il est important de rester ouvert afin de continuer à avancer. Si tu te trouves enfermé, tu devras peut-être quitter ton corps, et il se peut que ta rubrique nécrologique ne soit pas à ton goût.

Nombreux sont ceux qui disent : «Je me moque de ce

qui va arriver. Je ne crois pas en la réincarnation et je ne reviendrai pas.» Sais-tu que tes croyances ne déterminent pas la réalité ? Ce qui se passe ici a été le plus souvent déterminé par ce qui a été imaginé, créé et manifesté à partir de l'esprit universel.

Sais-tu que si tu désires quelque chose, tu l'obtiendras ? *quand* tu l'obtiendras, c'est une autre affaire. Tu devras peut-être revenir dans une autre vie pour l'avoir. Fais attention à ce que tu désires. Fais attention à ce que tu demandes. Tu es un créateur. Tu *peux* faire apparaître les choses, alors regarde vers l'avenir et assure-toi que ce que tu demandes est bien ce que tu désires réellement.

Si tu veux être sûr, demande toujours que ce soit pour le plus grand bien. C'est ton assurance, ta clause de sécurité. Alors, si tu n'obtiens pas quelque chose que tu as demandé, remercie Dieu.

Si tu désires quelque chose que tu peux te procurer toi-même, ne demande pas seulement à Dieu; va et agis. Ne demande pas à Dieu de porter tes sacs si tu a deux bras puissants. Dieu n'est pas le grand Porteur du ciel. De toutes façons, si tu peux donner des ordres à Dieu, cela veut dire que *tu es* Dieu. Si tu ne peux pas commander Dieu, cela veut simplement dire que tu es un plus petit

Dieu. Tu es tout de même un Dieu de ton être, de ton propre univers intérieur.

Que se passe-t-il dans ton univers lorsque tu es bouleversé, déprimé et misérable ? Je suppose que tu crées des tremblements de terre sur ta planète. Tu détruis peut-être tes habitants. Il se peut que tu sois un de ces dieux courroucés qui règnent par la peur. Est-ce ainsi que tu aimerais que Dieu soit avec toi ? Non, je suis sûr que tu désires que Dieu s'occupe de toi, qu'il soit gentil et bienveillant et qu'il te donne ce dont tu as besoin. Dans ce cas-là, tu devrais peut-être faire attention à ce que tu fais dans ton propre univers. L'esprit universel te montre simplement une reproduction de ton image. Afin de recevoir une création positive, tu dois créer positivement; tu ne peux même pas garder une seule pensée négative auprès de ton image positive.

J'ai visité de nombreux ashrams de par le monde. Certains étaient si sales que, lorsque l'on m'invitait à m'asseoir, je disais : «Non, je ne pense pas en avoir envie. Je ne sais pas ce qui va se relever avec moi.» Cela veut-il dire que j'étais si propre que j'étais au-dessus de tout reproche ? Non, mais je ne suis pas aveugle.

Les gens de l'ashram dirent : «Tout est de Dieu; tout

cela est Dieu.» Je répondis : «Je suis d'accord. Mais les égouts sont aussi de Dieu. Pourquoi ne vous asseyez-vous pas dans les égouts ?» Ils dirent : «Il n'est pas nécessaire de faire cela pour savoir que Dieu est également là.» Je dis : «C'est vrai. Et il n'est pas non plus nécessaire de s'asseoir ici dans la saleté. Au fait, les gens qui vivent ici sont en bonne santé ?» Ils répondirent : «Nous avons eu beaucoup de maladies dernièrement.» Je dis : «C'est la nourriture que vous leur avez donnée. Vous ne vous occupez pas bien de ces personnes.» Ils répondirent : «Mais c'est de la nourriture naturelle.» Je dis : «C'est vrai, mais il n'est pas nécessaire de la préparer si salement.»

Si ton approche de la spiritualité n'a pas de sens pratique, à quoi sert-elle à ce niveau ? A quoi cela sert-il d'être si spirituel et élevé que tu ne vides pas les ordures ou que tu ne te douches pas ?

C'est par ton travail que tu es connu, par tes émotions que tu es aimé et par tes pensées que tu es respecté. Cela n'a pas grand chose à voir avec l'Ame, en fait, parce que l'Ame est déjà parfaite. Tu pourrais demander : «Si l'Ame est déjà parfaite, que fait-elle ici ?» Elle apporte la perfection à ce niveau. Elle apporte l'âge d'or de la conscience de Dieu à ce niveau d'existence. Ta respon-

sabilité est d'éveiller les niveaux qui sont endormis en toi, de les éveiller à la conscience de l'amour, de la Lumière et du Son.

Au moment où cette conscience pénètre dans ton esprit, tu diras : «Je comprends.» Tu t'éveilleras peut-être lentement à cette conscience de la Lumière. Il se peut que cela prenne du temps avant qu'elle prenne un sens pour l'esprit, et encore plus longtemps avant qu'elle ne pénètre dans les émotions, que tu commences à te sentir bien à son sujet, et même plus longtemps pour qu'elle pénètre ton corps afin que tu sois motivé physiquement.

La progression spirituelle de chacun est également très personnelle. Au niveau des émotions certains se sentiront à l'aise avec la Lumière bien avant que cela ait une signification au niveau mental. D'autres lutteront aux niveaux mental et émotionnel tout en revenant à la charge. Cela arrive comme cela arrive. Ne t'impose pas de conditions, ni d'espérances. Laisse faire.

CHAPITRE 4

LE POUVOIR DE TON SUBCONSCIENT

Ton subconscient est une force puissante à l'intérieur de ta conscience. Certains essayent de nier son expression, certains s'y abandonnent, et d'autres ignorent son existence. Quand tu apprendras à travailler en harmonie et en coopération avec ton subconscient, tu pourras agir d'une façon plus équilibrée.

Le pouvoir du subconscient est immense. Peu de choses peuvent s'y opposer. Il a la sagesse, la connaissance et la capacité de surmonter tous les obstacles lui faisant face. Il contournera les difficultés et prendra avantage des opportunités.

Quand tu entres en relation avec d'autres personnes, les subconscients communiquent et réagissent souvent entre eux. Il se peut qu'ils essayent de se contrôler mutuellement. La tromperie peut fonctionner à ces niveaux de contrôle.

Parfois tu exprimeras peut-être de la tromperie émotionnelle. Quand quelqu'un demande: «M'aimes-tu ?» et que tu dises oui, même si tu ne l'aimes pas à ce moment-là, c'est de la tromperie.

Tu te demanderas peut-être s'il vaudrait mieux dire la vérité, tout en sachant que cela les blessera, au lieu d'un

mensonge, en sachant que tu les aimeras un peu plus tard. Je pense que lorsque tu leur dis que tu les aimes alors que ce n'est pas vrai, ils le savent. Ils te respecteront peut-être plus si tu leur dis honnêtement : «Non, en ce moment précis je ne t'aime pas. Je crois que tu es le plus sale type du monde. Mais donne-moi 20 minutes pour voir plus clair. Je t'aimais avant, et je suis sûr que lorsque je me calmerai, je t'aimerai à nouveau.» Cela, c'est être honnête.

L'on peut également tricher avec l'esprit. Certains diront être capables de faire une certaine chose afin d'obtenir un emploi. S'ils ne savent pas la faire, ils trichent et devront faire face un jour ou l'autre à cette tromperie.

Le subconscient peut également être trompé. C'est comme te leurrer toi-même. Tu dis : «Oui, j'ai beaucoup aimé cette soirée avec vous.» Mais le subconscient dit : «Ce n'est pas vrai. Et il en faudra du temps avant que je ne décide de sortir à nouveau avec vous !»

Le subconscient semble décider pour lui-même. Tu devrais apprendre à coopérer avec lui, à travailler avec lui, à le diriger et à l'éduquer. Si tu le trompes, il se peut que tu entreprennes certaines choses que tu doives

abandonner rapidement, car tu sentiras que tu n'as pas l'appui de ton subconscient.

Si le conscient à l'habitude d'entreprendre un projet après l'autre sans en terminer aucun, le subconscient essayera peut-être de tous les terminer afin d'achever ce qui a été commencé. Sans la coopération du conscient, toutefois, le subconscient ne peut ni achever, ni terminer quoi que ce soit. Il se sentira trahi et trompé.

Il est important de ne pas courir après trop de lièvres à la fois. Le subconscient aura du mal à faire face à cette situation. Termine les projets que tu commences, fais honneur à tes engagements, acquitte tes promesses. Alors, ton subconscient et ton conscient pourront réussir, ce qui leur donnera un sentiment de satisfaction et de mérite.

Lorsque tu es honnête envers toi-même, ton subconscient peut également être honnête. Ton conscient, en tant que maître de la maison, se penche vers le subconscient et l'élève. Alors tous deux peuvent atteindre un niveau supérieur d'expression et fonctionner ensemble unis en vue d'un plus grand équilibre et d'un plus grand accomplissement.

Nous, les humains, sommes supposés avoir la joie éternelle et nous sommes tenus responsables de nos créations. Cette responsabilité a fait dire à certains : «Dans ce cas-là, je vais simplement rester assis et ne rien faire.» Cette méthode, néanmoins, est une création aussi active que n'importe quelle autre. Les décisions seront prises à ta place -par contumace- si tu ne les prends pas toi-même.

A moins de décider d'apprendre à travers ce que tu es en train de faire, tu ne peux pas t'attendre à recevoir l'action supérieure de l'Esprit lorsqu'elle se présente. De grands bienfaits pleuvent sur la terre à tout moment. Si tu dis : «J'attends seulement le bon moment pour apparaître», le bon moment se présentera et passera pendant que tu prononces ces paroles. Tu te trompes toi-même si tu penses autrement. Tu dois commencer à coopérer et à apprendre à travailler avec toi-même pour t'attirer de plus grandes capacités, de plus grandes réussites et un niveau supérieur d'éveil.

En fin de compte, qui peux-tu tromper ? Seulement toi-même. Tu peux temporairement tromper les autres, mais ils découvriront la vérité tôt ou tard. Il est assez facile de pardonner les duperies de l'esprit et des émotions, car elles ont de nombreuses raisons d'exister.

Nous pouvons également pardonner les duperies entre le conscient et le subconscient. Il se peut, toutefois, qu'il soit plus difficile de pardonner la duperie d'un coeur à un autre cœur.

Lorsque tu t'es engagé totalement envers une autre personne, peux-tu te rétracter ? Non, c'est vraiment «en avant toute». Alors que les choses que tu confrontes maintenant peuvent te paraître tourmentées, désespérées et douloureuses, elles sont en fait tes joies et ton bonheur de demain. L'intensité de ton désespoir et de ton agonie sera l'intensité de tes joies et de ton harmonie. Lorsque le désespoir frappe à ta porte, la joie est là également.

L'on s'étonne parfois de la tristesse des séparations. La tristesse veut seulement dire que nous regretterons les joies et le bonheur que nous avons partagés. Dans notre esprit nous rendons les choses pires qu'elles ne pourraient jamais l'être en réalité. Tu t'es peut-être demandé : «Mon Dieu, comment vais-je faire pour survivre à cela ?» A *cela* ? Quoi, *cela* ? Tu es toujours ici, alors quoi que ce *cela* ait représenté, tu t'en es sorti. Tu as donné beaucoup plus d'importance à tes catastrophes qu'elles ne le méritaient.

Si tes parents ont été avisés, ils t'ont enseigné beaucoup

de choses et t'ont donné des armes pour vivre. Ils t'ont discipliné, ils t'ont expliqué certaines choses et t'ont montré les résultats de tes actions. Ceci fait partie de l'éducation de la conscience. Trop souvent, toutefois, les parents élèvent leurs enfants en utilisant une forme de punition. Si tu as fait ce qu'ils t'avaient dit de ne pas faire, tu as été puni. Cette punition s'est enfermée dans la conscience inférieure, le subconscient. Elle s'y est enfermée à cause de l'irritation et de la douleur. Ces blocages dans ton subconscient assimilent la douleur à tout ce qui t'entourait au moment de l'incident.

Imaginons que tu sois en voiture avec ta femme (ton mari) et que vous avez envie de voir des films différents. Au moment de décider, celui qui fera preuve d'un plus fort niveau d'énergie sortira gagnant. Celui qui perdra, néanmoins, enregistrera peut-être de la peine et de la rancœur dans le subconscient.

Le perdant dira peut-être : «Pourquoi ne peut-on jamais faire ce que *je* désire ? Pourquoi faut-il toujours faire ce que *tu* veux ?» C'est le premier pas vers le chantage psychique et émotionnel. Ils ajouteront peut-être : «Ce cinéma est trop cher; l'autre est meilleur marché. Nous ne pouvons pas nous permettre cela.» Maintenant, l'argent est également entré dans la dispute. En arrivant au

parking, une querelle familiale fait rage. A ce moment-là, l'un de vous (ou tous les deux) a envie de dire : «Tu vas voir le film que tu veux, et je vais voir celui que je veux !»

Imaginons que pendant ce temps-là, il pleuve et que tu entendes les essuie-glaces et une chanson à la radio et, en arrivant au parking (au plus fort de la dispute), le gardien du parking s'approche et vous donne un ticket jaune afin de récupérer la voiture après la séance. Ton subconscient enregistre tout ceci avec précision et en détail. Le film que tu iras voir n'a vraiment pas d'importance, car, à ce point-là, le mal est déjà fait. Tu as enfermé la douleur dans le subconscient.

Six ans plus tard, il se peut que quelqu'un te donne un quelconque ticket jaune et que tu ressentes une soudaine irritation et rancoeur envers cette personne. Le subconscient ne fera pas la différence entre cet incident et celui d'il y a six ans. Tu diras peut-être : «Je n'aime pas cette personne, et je ne sais pas pourquoi. C'est la première fois que je la vois, mais elle m'irrite.» Tu ne te rends même pas compte que c'est le morceau de papier jaune qui a déclenché ta réaction.

Le subconscient met tout sur le même plan. La dispute

avec ta femme est assimilée à la pluie, aux essuie-glaces, à la chanson de la radio, au gardien du parking et au morceau de papier jaune. Le subconscient ne sépare pas et ne fait pas de différence.

A ce moment-là, tu peux t'enfermer dans une énergie négative. Si tu encourages un mouvement d'irritation envers cette nouvelle personne, tu en deviendras responsable. Un autre détail peut se trouver associé à cette nouvelle douleur et le cycle répétitif s'en trouvera renforcé. Il est très difficile de rompre ces cycles répétitifs, de les élever à une expression positive. Vous serez peut-être obligés de ressentir la douleur du subconscient tout en essayant d'atteindre l'Esprit.

Huit ans plus tard, tu entendras peut-être la même chanson que celle du soir de la dispute, et tu ressentiras peut-être une forte irritation. Tu peux avoir une dispute avec ta femme, et te demander pourquoi. Ton subconscient te dit : «C'est la même dispute que nous avions eue auparavant.»

Il se peut que tu te préoccupes de tes essuie-glaces, que tu les vérifies sans cesse pour voir s'ils fonctionnent. Cette préoccupation a été enfermée par ces actions d'association dans ce que nous appelons «l'esprit réactif». Le schéma est établi.

Ces blocages subconscients peuvent créer des maladies et des difficultés économiques. Le subconscient te présentera des visions de pauvreté, et tu auras peur que tout le monde meure de faim. Lorsque l'on se soucie pour la famine, elle arrive.

Tu peux prendre l'énergie du subconscient et l'utiliser à travers l'esprit universel afin de débloquer la source de toutes choses. L'Esprit pourvoit sans cesse à tes besoins. Tu as un associé silencieux et secret appelé esprit universel. Il fonctionne sans bruit et sans répit, pour accomplir ta destinée en empruntant la meilleure route et la meilleure direction possibles, en se basant sur ce que tu es, ce sur quoi tu dois travailler et ce que tu as fait auparavant. Le plan est tracé parfaitement pour toi. Tout ce que tu as à faire est de le suivre.

Certaines personnes se font toujours du souci. Elle disent : «Je me fais toujours du souci. Je ne peux pas m'en empêcher.» Je demande : «Cela vous avance-t'il à quelque chose ?» Elles répondent : «Non, mais quelqu'un doit s'en faire.» Est-ce vrai ? Quelqu'un doit-il se faire du souci ? Je ne le crois pas. Je comprends que l'on se préoccupe, que l'on fasse ce que l'on peut, et, quand il n'y a rien à y faire, l'on peut dire : «Seigneur, ceci t'appartient. Cela dépasse mes capacités.» Mais, néanmoins,

il se peut que dans ton subconscient se trouve une énergie conditionnée qui dit : «Je *devrais* pouvoir faire quelque chose.» Alors tu prendras peut-être des responsabilités auxquelles tu ne peux pas faire face et tu tomberas et subiras un échec envers toi-même.

Aucun problème ne se pose lorsque le subconscient enregistre positivement. Tout est joyeux et merveilleux. Il n'y a même pas besoin de se préoccuper du subconscient; tout est plein de joie. Mais avant d'atteindre cette clarté, tu dois relâcher la moindre énergie négative enfermée en toi.

Comment peux-tu travailler avec l'énergie spirituelle lorsque ton subconscient a déjà subi un conditionnement ? Il existe une clé efficace pour éliminer et changer les blocages. Tous les grands maîtres spirituels de tous les temps en ont parlé. C'est ceci : «Avec suffisamment d'amour, tout redevient nouveau.» C'est une merveilleuse affirmation. Si cela est vrai, si les grands maîtres la prophétisaient, alors tu peux accomplir cette prophétie.

Tu décides du moment. L'Esprit n'est pas pressé; il sera ici demain et après demain et encore après. Il est toujours ici et éternellement présent. En fait, rien ne presse.

Le sentiment d'urgence que tu ressens t'appartient en tant qu'individu, en tant que personnalité. Tu devrais donc faire attention de ne pas gâcher un travail bien fait en réagissant trop fortement, alors que tu pourrais te donner une direction à suivre et devenir productif. Il n'est pas nécessaire de respirer ce soir l'air de demain. Tu peux prendre les choses calmement. C'est une des clés pour briser ces blocages.

Prends le temps de t'asseoir confortablement dans un fauteuil. Relâche la tension dans ton corps physique. Relâche les émotions. Laisse-toi te détacher un peu de ton esprit. Tu peux accomplir tout ceci en te concentrant sur ta respiration. En inspirant, inspire consciemment. Tu inspires l'énergie spirituelle. En expirant, laisse aller les tensions, les soucis, les préoccupations. En même temps que ta respiration ralentit, le corps commence à se relaxer. Les muscles tendus commencent à se relâcher et à se laisser aller. Quand les muscles se détendent, la douleur commence à disparaître. Tu commences à te sentir bien. Tu commences à sentir Dieu.

En ressentant ce sentiment d'élévation joyeuse, commence à imaginer qu'en cet instant, tu peux recommencer à zéro. L'âge de ton corps physique n'a aucune importance. Que tu sois homme ou femme n'a aucune

importance. Cette énergie n'a pas de préjugés à quelque niveau que ce soit. Elle te laisse faire ce que tu veux. Si tu fais le bien, tu t'attireras le bien. Si tu fais le mal (si cela existe), tu t'attireras cela.

Sur cette terre il existe un défi qui consiste à ne maintenir à l'esprit que les images que l'on désire. Qui se ressemble, s'assemble. La misère aime la compagnie. Si tu es misérable, tu attireras d'autres personnes misérables. Nombreux sont ceux qui recherchent n'importe quelle excuse pour se plaindre. Cela justifie leur existence. Ils ressentent peut-être le besoin de justifier leur existence. En vérité, le simple fait d'être ici, c'est une justification suffisante en soi.

Tu n'as rien à prouver à qui que ce soit. Tu n'as pas à prouver que tu es ici. Tu n'as pas à brandir des images afin que les autres les regardent. Tu n'as pas à t'efforcer d'être quelqu'un que tu n'es pas. Arrête de brandir ces images; permets aux autres de te voir tel que tu es. Si tu leur plais, tu es accepté. Dans le cas contraire, tu t'épargnes la peine de jouer à des jeux que tu avais perdu d'avance.

Tu peux t'échapper de toute situation qui ne marche pas pour toi. Tu peux, en fait, changer ta conscience inté-

rieure en te mettant à ce que nous appelons un *régime mental.* En quoi consiste le régime mental ? Pendant 30 jours, ne te permets que des pensées positives. Fais attention de ne pas laisser des pensées négatives entrer en toi. Ne les garde pas dans ton esprit, ou ne les ressasse pas sans cesse. Si une pensée négative entre dans ton esprit, change immédiatement l'image du négatif au positif et n'y pense plus. Ne ressasse rien de négatif.

Cela veut-il dire que tu dois ignorer ce qui se passe autour de toi ? Je n'ai pas dit que tu étais supposé devenir stupide. Si tu vois quelque chose de négatif, regarde et, si tu peux, change cette chose. Si cela te concerne, agis en conséquence. Si cela ne te concerne pas, éloigne-toi afin que ceux qui le peuvent s'en occupent. C'est cela, être intelligent.

Tu es responsable de ce que tu retiens en toi, et non de ce qui ne fait que te traverser l'esprit. Tu diras peut-être : «Mais quelqu'un est gravement malade dans ma famille. Comment *ne pas* entretenir une pensée négative vis-à-vis de cette maladie ?» Je n'ai pas dit que ce serait facile. Cela peut-être un terrible défi.

Voila une manière de se débarrasser d'une maladie dans la famille. Place dans ta conscience l'image de cette per-

sonne en bonne santé, riche et heureuse. Imagine-la en parfaite santé et plaine de vitalité, se déplaçant, et heureuse en famille. Si tu le fais suffisamment sérieusement, et avec les soins médicaux appropriés, la personne peut s'améliorer sur de nombreux plans.

Tu diras peut-être : «Mais, leur état est si avancé; je doute que quelque chose puisse être fait. Ils sont séniles et inconscients la plupart du temps.» Même à ce moment là, il n'est pas nécessaire de te faire du souci. Si tes pensées positives, tes prières et ton image mentale de la santé de la personne n'y changent rien, il est certain que ton souci et ton désespoir n'y arriveront pas non plus. C'est peut-être le moment de préparer le reste de la famille au départ de la personne. C'est la réalité. Tu fais ce que tu peux et quand tu ne peux plus rien faire, tu laisses faire. Quelle que soit la situation, rien d'utile ne sera accompli en se faisant du souci.

Un psychiatre un jour me dit : «Tu peux aider les gens jusqu'à un certain point seulement; puis tu dois t'écarter. S'ils ne veulent pas le faire eux-mêmes, tu dois les hospitaliser ou les placer dans un lieu où les gens sont capables de les soigner.» Les familles pensent souvent : «Oh non, je ne pourrais pas mettre mes proches dans un hôpital.» Mais, néanmoins, la famille n'est peut-être pas

formée, ni préparée, ni équipée pour s'occuper du malade.

Quand tu ne peux plus rien faire sur le plan physique pour quelqu'un, maintiens à l'intérieur de toi une image heureuse de la personne, jusqu'à ce qu'elle quitte son corps physique. Puis imagine-la au plus haut niveau de conscience que tu connaisses. Ne la retiens pas par ton chagrin. Avec ton amour, aide-la à franchir le pas. Ne lui retire pas l'opportunité de cette dernière minute de paix et de contentement.

Si tu n'as entretenu que des pensées positives, lorsque quelqu'un de ta connaissance meurt, tout ira bien. Tu ne devras connaître ni remords, ni regrets, ni culpabilité. Pendant que les gens sont là, montre leur ton amour. Demande-leur ce que tu peux faire pour eux. S'ils disent qu'ils sont satisfaits et n'ont besoin de rien, crois-les et laisse faire.

L'acceptation et l'amour ouvrent les verrous qui ont été placés dans le subconscient. Parfois, les blocages subconscients peuvent être enlevés en les confrontant, même si tu ne connais pas leurs origines. Disons par exemple que tu n'aimes pas la couleur jaune; elle t'irrite et te perturbe. Tu ne veux rien avoir à faire avec le jaune.

Tu n'entreras pas dans une pièce jaune, tu ne mangeras pas de citrons et tu ne monteras pas dans un taxi jaune. Tu ne te souviendras peut-être pas du film, de la pluie ou du ticket de parking jaune que t'a donné le gardien. Ce n'est pas nécessaire de se souvenir de l'incident afin d'arrêter le cycle répétitif. Tu l'élimines en le confrontant.

Entre dans le théâtre de ton esprit et imagine-toi dans les situations que tu évites normalement. Maintiens dans ton esprit l'image de la réussite. Imagine-toi à l'aise dans une pièce jaune, et écoute toi en train de dire : «Ce n'est qu'une couleur parmi d'autres.»

La prochaine fois que quelqu'un te demande si tu désires du citron dans ton thé, réponds : «Oui». Presse-le toi-même. Dis-toi : «C'est bien; c'est seulement un citron.»

Supposons que le problème des pièces jaunes et des citrons soit résolu, mais que tu n'aimes toujours pas les taxis jaunes. Tu refuses toujours de monter dedans. Imagine-toi en train d'y monter. Tu diras peut-être : «Un instant. Je suis arrivé à imaginer jusqu'au moment où j'ai ouvert la porte du taxi, et maintenant je tremble à l'intérieur.» Ouvre les yeux. Ce n'est qu'un exercice de

l'esprit. Il n'y a aucun taxi. Tu peux te détendre.

Il est possible que tu te perdes dans ton esprit, car ce niveau est extrêmement puissant. Si l'exercice d'imagination devient trop intense, ouvre les yeux et reprends contact avec l'endroit où tu es et ce qui est en train de se passer. Puis essaye à nouveau. Ferme les yeux et vois le taxi à nouveau. Ouvre la porte et commence à monter. Si cela semble difficile, c'est seulement dans ton esprit. Le compteur ne tourne pas et tu peux prendre tout le temps que tu veux.

Quand tu vois que tu y arrives, entre complètement dans le taxi et ferme la porte. Fais le tour du pâté de maison. C'est peut-être tout ce que tu pourras faire pour le moment, mais tu as réussi. Tu as rompu le blocage associé avec le *jaune,* et puisque cela est accompli, les blocages du cinéma, de la pluie, des essuie-glaces, de la chanson à la radio et du gardien dans le parking commenceront à tomber. Ils étaient tous liés. Quand tu en élimines un, tu les élimines tous.

La nature créatrice de Dieu est en toi. Tu respires cette énergie, une inspiration à la fois, et avec cette énergie tu établis un cycle répétitif. Parfois tu crées la confusion. Parfois tu crées la beauté. Le Dieu en toi est en train

d'apprendre à se connaître par sa propre création. Le Dieu suprême est le Dieu d'amour, le Dieu de la patience infinie qui dit : «Tu peux prendre aussi longtemps que tu veux pour travailler ton énergie. Je serai ici quand tu te tourneras vers la conscience d'amour.»

L'amour et l'affection sont deux choses différentes. Dans l'affection, tu peux ressentir de la douleur. Tu peux avoir mal quand tu donnes seulement 50%. Tu peux avoir mal quand tu donnes 99%. Quand tu donnes 100%, tu démontres la perfection et il n'existe aucune douleur dans la perfection.

Tu diras peut-être : «Cela semble bien, mais...» Pourquoi ce *mais* ? Qu'est-ce qui te bloque ? Est-ce que l'on t'a refusé quelque chose à un moment donné ce qui fait que tu as enfermé ce refus dans ton esprit réactif? Retire-le. Laisse-le aller.

As-tu essuyé un refus de quelqu'un ? A cause de ta mauvaise haleine ? Des pellicules ? Tu ne te servais pas assez souvent de ta douche ? En fait, il s'agit de savoir si c'était *toi* que l'on rejetait, ou une de tes actions ou une de tes attitudes qui pouvait être changée ? Même après avoir changé, la personne peut très bien te dire : «Mais j'ai quelqu'un d'autre maintenant.» Ne t'en fais pas. Tu

auras une autre chance - pas nécessairement avec cette personne, mais avec quelqu'un d'autre.

De nombreuses personnes cherchent quelqu'un qui puisse les élever, prendre soin d'elles et partager, pas d'une façon étouffante ou maternelle, mais comme un amant. Etre un amant signifie être dans une conscience qui dit : «Quoi que tu fasses, je t'aime encore.» C'est l'amour des parents qui inondent leur bébé d'amour. Ils n'aiment probablement pas les couches sales, mais ils s'y mettent et les nettoient de toute façon. Cela fait partie de leur responsabilité en tant que créateurs. Cela s'appelle de l'écologie spirituelle. Jusqu'à ce qu'un enfant soit assez grand pour s'occuper de lui-même, quelqu'un doit le faire pour lui.

Le bébé crie de tout son être : «Aimez-moi». Qui peut refuser cet appel d'amour ? J'ai vu des hommes forts, des banquiers et experts financiers dont la première réalité est les francs et les centimes, regarder un bébé et fondre intérieurement. Puis ils regardent autour d'eux afin de s'assurer que personne ne les ait vus. Si quelqu'un les a surpris, ils s'excusent en disant : «Ça doit être quelque chose que j'ai mangé.» Ce n'était pas quelque chose qu'ils avaient mangé. C'était l'amour. Il ne peut pas être renié.

Certains pensent que le chemin spirituel est facile. Il ne l'est pas; il est ardu. Les faibles n'y arrivent pas. Sur le chemin spirituel, tu dois marcher au rythme de ton propre tambour, et faire toi-même les choses qui marchent pour toi. Tu dois te plaire. (Sinon, c'est ta damnation, et cela peut être très difficile.) As-tu vraiment un autre choix ? Non, car la conscience spirituelle est en train d'innonder la planète entière.

J'ai fait plusieurs fois le tour du monde et j'ai vu toutes sortes de gens : jeunes, vieux, riches, pauvres, heureux, désespérés, et je me suis rendu compte que lorsque tu accroches un sourire à ton visage, tu parles une langue universelle. L'amour s'échappe de ton cœur et s'offre aux autres.

Des étrangers m'ont approché et m'ont fait part de choses très belles et très personnelles. Cela me surprend parfois car ce n'est pas la façon dont les gens agissent d'habitude. Les gens s'ignorent souvent les uns les autres, car ils ont peur que l'autre désire quelque chose qu'ils ne veulent pas donner. Si tu ne peux pas donner de toi-même, personne ne peut rien te donner. Personne ne peut t'aider.

Si tu te cognes contre un mur et si tu te retournes pour

demander de l'aide, je serai heureux de t'apporter mon aide dans la mesure de mes possibilités. Je serai heureux de te montrer où est la porte. Je peux montrer le chemin à de nombreux endroits à beaucoup d'entre vous. Mais, toutefois, à moins que tu ne fasses quelque chose pour toi-même, mes conseils ne voudront pas dire grand chose. Souhaiter n'est pas suffisant. Espérer n'est pas suffisant. Les souhaits et les espoirs sont de la foi négative. La façon d'accomplir quelque chose est de *le faire.*

Au travers de la vérité, tu obtiens la liberté. La vérité est ce qui marche pour toi. Cela peut sembler changer parfois, mais la vérité doit être ton expérience, ta vie. Il est plus facile d'être d'accord sur le négatif que sur le positif. Afin d'y arriver, tu dois abandonner ton point de vue, ton conditionnement, tes préjugés, ton ego et dire «Père - Mère divin, que Ta volonté soit faite.»

La volonté de Dieu *est* faite, que cela te plaise ou non. Lorsque tu luttes contre elle, tu te places dans la négativité. Lorsque tu essayes d'accorder ta volonté autant que possible à celle de l'Esprit, tu te diriges vers le positif. Lorsque ta volonté et celle de l'Esprit s'accordent, ta coupe déborde. Tu sais que Dieu est aux cieux, et que tout est bien dans le monde. Tu ne te sens pas séparé ou

perdu. Tu ne te sens pas maltraité ou abusé. Utilisé, oui ! Nous sommes tous ici pour être utilisés. Quand tu fais la volonté de Dieu, c'est là où tu es le plus utile à l'Esprit.

Si tu ne te sens pas utile, sois au moins décoratif et agréable à regarder. Si tu ne peux rien dire de bien, au moins n'ajoute pas de saletés à ce qui est déjà là. Tu peux changer ces conditionnements et schémas d'énergie en apprenant à connaître tes niveaux intérieurs, ces parties qui sont bloquées et celles qui sont tendues. Alors tu commences à les équilibrer en observant ce que tu fais, pas à pas.

Observer ce que tu fais peut te paraître difficile, mais quand tu fais un peu plus attention à ce que tu produis, tu as, à ton tour, moins à éliminer. Alors les choses s'améliorent. Des que tu commenceras à agir ainsi, tu verras de quoi je parle. Tu te demanderas pourquoi tu as tant attendu.

Par le passé, tu as souvent dit : «C'est décidé. Je vais faire ceci.» Tu l'as placé dans le subconscient et dans l'esprit universel, et tu l'as créé par un effort de volonté. Mais, environ une semaine plus tard tu n'es plus sûr que c'est ce que tu désires. Qu'arrive-t-il à ta programmation ? Ton ordinateur dit : «Annulé». Puis, quatre jours plus

tard tu penses : «Je crois que c'est tout de même ce que je veux» et tu actives le programme à nouveau. Puis, six jours plus tard c'est à nouveau «annulé».

Tu ferais aussi bien de faire marche arrière et de recommencer. Quand tu changes constamment d'opinion, ton ordinateur ne sait plus ou donner de la tête et dit: «rejeté, rejeté, rejeté». Alors tu commences à te sentir rejeté. Tu demandes : «Pourquoi ces choses m'arrivent-elles. Pourquoi n'ai-je rien de bien ?» Pourquoi ne *te décides-tu pas* une fois pour toutes ? Tu diras peut-être : «Je le ferais si je pouvais trouver ce que c'est.» Alors décide au niveau des émotions. Elles se trouvent dans ton estomac, là ou tu ressens le trac. C'est en observant ta respiration que tu prends des décisions au niveau des émotions, que tu deviens calme et détendu, et que tu te sens bien. Ensuite, tu vérifies le mental.

La Bible dit «Tel qu'un homme pense dans son cœur, ainsi il est « (Proverbes 23.7). Les images que tu maintiens dans ta conscience créent ce que tu deviens. Sais-tu qu'un grand nombre de choses que tu gardes en tête ne sont même pas à toi? Il est bon de faire la part des choses et de savoir ce qui est à toi et ce qui n'est pas à toi, et de te débarrasser de ce qui ne l'est pas. Ensuite tu pourras décider ce que tu veux. Elimine de ton esprit les

désirs de tes parents, de tes professeurs et les points de vue des prêtres. Garde seulement à l'esprit ce que tu voudrais voir augmenter.

Agis avec discernement en choisissant les pensées qui te viennent à l'esprit. Observe ton esprit. Qui est en train d'observer ? Toi. Tu n'es pas ton esprit, tes émotions ou ton corps. Pensais-tu être ceux-ci ? Tu as été conditionné à le croire à travers les publicités, les programmes de télévision, les magazines et les livres qui disent : «Ton beau corps est tout ce qu'il y a d'important.» Tout cela est très bien mais tu devrais peut-être choisir ce que tu regardes, et ce que tu laisses pénétrer en toi.

Le subconscient enregistre même lorsque tu fermes les yeux. Il enregistre ce que tu entends; il enregistre ce que tu n'entends pas consciemment. C'est ton mécanisme d'enregistrement. Il enregistre à travers ton corps, tes émotions et ton esprit. Fais attention comment tu l'utilises. Choisis la musique qui te plaît. Choisis ton propre rythme. Ne t'attends pas à ce que quelqu'un d'autre aime tout le temps ton rythme. Ne t'attends pas à aimer tout le temps le rythme des autres.

Tu *peux* aimer tout le monde. Tu peux ressentir l'amour; tu peux en faire l'expérience. Tu peux perce-

voir la sincérité et l'honnêteté. La meilleure façon de vérifier est de voir ce qui marche pour toi. Si cela fonctionne, tu n'as pas besoin de te demander si quelqu'un te dit la vérité. Cela n'a pas d'importance car tu obtiens des résultats.

Tu reconnais Dieu par l'éternelle présence de la joie et de l'amour qui coulent à flots d'une manière spontanée. Même lorsque tu dis à quelqu'un : «Ecoute, tu m'embêtes vraiment. Cela ne te ferait rien de disparaître ?» Tu ajoutes immédiatement : «Mais pas trop loin. Je t'aime de toute façon, alors, vas-y, embête moi quand même.» Si tu aimes suffisamment les autres, ils ne peuvent pas t'embêter bien longtemps. Un amour abondant surmonte toute chose.

L'amour inconditionnel engendre une liberté parfaite. Lorsqu'un enfant tombe en apprenant à marcher, les parents n'accourent pas en disant : «N'essaye plus de marcher; tu pourrais te faire du mal.» Ils disent : «Relève-toi.» L'enfant se relève et tombe à nouveau et les parents disent : «Relève toi encore.» Ils aident l'enfant autant de fois qu'il est nécessaire.

Il se peut que l'enfant tombe et se cogne la tête sur le coin de la table. Nous sommes tous passés par là.

L'enfant apprend à faire attention aux coins de table. Tu ne peux pas arrêter l'expérience qui enseigne à l'enfant, mais tu peux mettre des protections sur les coins de la table. Tu peux faciliter la tâche à l'enfant.

Les parents enseignent l'amour, la discipline, la liberté et l'élévation morale à leurs enfants en faisant preuve de ces qualités dans leur propre vie. Ainsi, les enfants, en grandissant, n'auront pas besoin de se prétendre le père et la mère et, plus tard, ils n'auront pas à jouer l'enfant envers eux-mêmes ou leur conjoint. Ils peuvent devenir des adultes mûrs comprenant les différents niveaux de responsabilité. S'ils préfèreraient ne pas faire quelque chose qui doit être fait, ils ont la discipline intérieure et la liberté intérieure pour le faire de toute façon.

Il existe une différence entre ceux qui progressent sur le chemin spirituel et ceux qui se laissent pousser par leurs désirs. Même en proie aux désirs. la personne spirituelle dit : «Non, je ne succomberai pas à cela, car j'en connais déjà le résultat. Je vais continuer à faire ce qui marche pour moi. Je me maintiendrai tourné vers l'intérieur.» Chacun en est capable. Certains le vivent plus que d'autres.

CHAPITRE 5

LE POUVOIR DE VOTRE INCONSCIENT

Parfois, dans notre conscience, nous cultivons certains types de symboles qui nous font agir de façon superstitieuse. Par exemple, si tu vois une étoile filante, tu fais un voeu; si tu passes sous une échelle, tu vas t'attirer de la malchance; si tu marches sur une crevasse, tu casseras le dos de ta mère; si tu arrives au bout de la rue avant que le feu ne change, tu seras invité ce soir. Ces superstitions se trouvent dans la conscience à cause de problèmes qui n'ont pas été résolus et des symboles logés dans l'inconscient.

Dans le base-ball, on trouve d'intéressants exemples des symboles inconscients. Ainsi, Babe Ruth (qui débuta comme lanceur) tirait la langue chaque fois qu'il allait lancer une balle rapide en plein centre. Les équipes adverses s'en rendirent vite compte et leurs batteurs marquaient des points à chaque fois.

Finalement quelqu'un tendit un miroir à Babe Ruth et lui dit : «Maintenant, lance la balle en plein centre.» En la lançant, Babe se vit en train de tirer la langue. Il dit : «Je ne savais pas que je faisais cela.» A partir de ce moment-là, il garda la langue dans sa bouche. Cela était un acte inconscient. Lorsqu'il se rendit compte de ce qu'il faisait, il put changer sa façon d'agir.

Une autre façon d'aborder le niveau inconscient passe par l'usage de la symbolique sous forme de superstition : l'astrologie, la numérologie, la chiromancie, la lecture du marc de café, la contemplation d'une boule de cristal, la lecture des miroirs, etc. Toutes ces méthodes utilisent des symboles et des formes que tu fais refléter en toi. Il s'agit d'une certaine connaissance (différente de l'intuition) dont tu es convaincu sans pour autant avoir un point de référence indépendant. Certains disent que cela n'est pas faire preuve de matière grise; tu envisages une certaine action seulement parce que tu la sens appropriée. Cela est différent d'une «philosophie de fauteuil»,où tu restes assis en réfléchissant à certaines idées, jusqu'à ce que tu parviennes à une conclusion logique.

Lorsque tu travailles dans le domaine de l'occulte, de nombreux cycles répétitifs et de nombreux symboles montent à la surface. Au fur et à mesure qu'ils apparaissent, il peut devenir difficile de savoir ce qui se passe vraiment. Au moment où tu pénètres dans ces domaines, il se peut que ton attitude subisse des changements ou semble névrosée; tu peux attraper des illusions de grandeur. Des syndromes psychotiques peuvent se déclencher lorsque les schémas répétitifs font surface. L'esprit conscient n'a aucun point de référence par rapport à ces symboles et les schémas répétitifs; l'es-

prit ne peut pas aisément les classifier et les cataloguer. Ils apparaissent tout simplement.

Il est impératif d'éviter de demeurer dans les niveaux occultes, à moins de savoir maîtriser les énergies qui se présentent. Si tu ne le peux pas, tu devras peut-être consulter des spécialistes du comportement, des psychologues ou te rendre dans des institutions médicales ou psychiatriques. On ne devrait entrer dans le domaine de l'occulte qu'avec de solides bases combinant les domaines scientifiques, spirituels et intuitifs. Toutefois, ceux qui agissent ainsi sont rares. Les domaines scientifiques, occultes et spirituels sont la plupart du temps considérés comme différents et séparés les uns des autres.

Lorsque nous utilisons le niveau conscient de la parole pour parler de l'inconscient, nous dénaturons automatiquement celui-ci. La seule vraie façon de communiquer avec l'inconscient, c'est inconsciemment. Cela peut paraître du baragouinage, mais il n'en est rien. Alors que l'inconscient est un autre aspect de notre conscience, c'est un niveau que nous ignorons complètement. Même notre tentative de l'appeler «inconscient» est erronée, car le fait d'essayer de l'étiqueter est un processus conscient, et il ne nous est pas possible

d'être conscient de l'inconscient.

Tu peux connaître ce qui est inconscient en utilisant ton inconscient. La clé est de te maintenir dans l'inconscient, afin que ta conscience puisse y pénétrer sans faire de remous. Tu ne peux pas faire entrer ton esprit, tes émotions, ton imagination, ou ton corps dans l'inconscient; tu dois plutôt flotter au travers de ce niveau d'une manière neutre et accepter ce qui se présente.

Voyager dans l'inconscient n'est pas facilement réalisable avec la méditation. Mais, néanmoins, cela peut être accompli par la contemplation. Pendant la contemplation, tu observes un objet et tu lui permets de te révéler ce qui est là. L'objet ne fait rien; le fait de l'observer permet à l'esprit, à l'imagination et aux émotions de se calmer. Petit à petit, tout devient flou, il n'y a plus de focalisation sur quoi que ce soit. Lorsque tout est flou, les niveaux inconscients commencent à monter à la surface.

Lorsque ces niveaux inconscients émergent à la surface, de nombreuses choses peuvent être éliminées. Si certaines maladies y sont enregistrées, il se peut que ta mémoire te fasse dire : «Oh, oui, je me souviens de m'être fait mal à l'épaule il y a des années; cela me fait

mal à nouveau, mais pas autant qu'avant.» Ce sont des actions répétitives qui remontent afin d'être éliminées. Si tu laisses ce processus de clarification évoluer tout naturellement, tu auras peu de difficultés. Elle ne se présenteront qu'au rythme où tu pourras les comprendre et leur faire face.

De nombreuses choses peuvent se présenter quand tu pénètres dans l'inconscient avec l'aide d'un médium. Mais cette personne n'est peut-être pas en contact avec le niveau inconscient. Il se peut qu'elle fonctionne au niveau mental ou émotionnel, et qu'elle te fasse te sentir bien, en interprétant émotionnellement la symbolique de ton inconscient. Les médiums peuvent t'ouvrir la porte de l'inconscient, et tu les quittes avec un sentiment positif pour eux. Mais, plus tard, les niveaux des symboles de ton inconscient peuvent commencer à émettre d'autres énergies qui ne sont pas très plaisantes.

Si cela arrive, tu peux retourner voir le médium et lui dire : «J'ai des difficultés.» Il peut répondre : «C'est intéressant. Tu ne devrais pas avoir de difficultés. Tout s'est bien passé lorsque je t'ai reçu en consultation.» En lui, il se dit peut-être : «J'ai pourtant tout dit correctement.» A son niveau de conscience tout semble parfait. Les sentiments, toutefois, trompent souvent et le mental ne

connaît pas l'inconscient. Ces médiums ne se rendent pas compte qu'ils relâchent des énergies d'un niveau subtil dont ils n'ont pas du tout connaissance.

Je connais de nombreuses personnes qui sont allées voir un médium, et qui m'ont demandé un entretien ensuite. Tout ce que j'ai fait pendant une heure ou plus, était de remettre en place des énergies qui avaient été relâchées durant la consultation psychique. Cela était nécessaire car la personne n'était pas à même de faire face aux schémas qui se présentaient.

Trop souvent, je remets les énergies en place, la personne retourne voir le médium et permet à nouveau que ces énergies inconscientes soient relâchées. Si elle continue sur ce chemin, la personne peut très bien finir dans une hôpital psychiatrique. Ces médiums aiment penser qu'ils font du bien mais, en réalité, ils font beaucoup de mal.

Les gens pensent souvent bien comprendre les symboles des autres, alors qu'ils ne les voient en fait que de leurs propres niveaux d'inconscience superstitieuse. Il a été dit : «Lorsqu'un pickpocket regarde un saint, il voit un pickpocket.» Les alcooliques voient des alcooliques. Dieu voit Dieu. L'inconscient voit l'inconscient.

En regardant les différents niveaux de conscience, il est important de les voir dans une ligne horizontale continue au lieu d'une hiérarchie verticale. De cette façon, il n'est pas nécessaire de qualifier ceci de meilleur ou pire que cela; les choses sont simplement ce qu'elles sont. Tu approches chaque niveau de manière pratique.

Tu n'as pas besoin que quelqu'un d'autre te lise tes symboles, Il n'est pas nécessaire qu'on te les interprète. Tu penseras peut-être: «Oh, mon Dieu, j'ai cette chose en moi qui se manifeste sans cesse. Je l'entends; je la vois en esprit comme un symbole; elle est toujours là. Qu'est-ce que c'est ?» La réponse est : «Cela ne fait rien. On ne peut pas savoir.» Tu demandes : «Que puis-je en faire ?» La réponse est : «Rien du tout.» Tu demandes : «Comment puis-je m'en débarrasser ?» La réponse est : «Occupe-toi d'autre chose et fais de la gymnastique; cela résoudra le problème.»

Prends ton dilemme inconscient, le discours superstitieux que tu t'adresses et va courir dans la rue. L'exercice physique fait des miracles lorsqu'il s'agit de relâcher et de résoudre des dilemmes de nature émotionnelle, mentale et inconsciente. Les gens disent : «Je sais que j'ai besoin de faire plus d'exercice, mais courir ça n'est pas pour moi; ce n'est pas le genre d'exercice dont j'ai

besoin.» Ecoute ceci, si tu cours assez longtemps, tu n'auras pas besoin de faire d'autre exercice. Ça sera suffisant pour toi. Marcher d'un pas rapide peut également être suffisant, tant que tu continues à avancer sans t'arrêter.

Une des façons dont l'inconscient nous influence passe par la formation d'attitudes. Les gens demandent souvent : «Qu'est-ce qu'une attitude ? Comment cela vient-il ?» Le niveau inconscient auquel nous travaillons est un facteur important dans la formation d'attitudes. Regardons la façon dynamique dont cela fonctionne.

A la naissance, l'un des premiers niveaux d'expression de l'enfant est l'inconscient. Plus tard, il prend conscience du toucher et du goût. Il vit dans le domaine des sensations, de l'excitation et de la stimulation. Pendant un certain temps, la conscience est pratiquement stérile. Elle a un réservoir, mais il ne sera pas utilisé pendant encore bien longtemps. Les enfants ont d'abord besoin d'apprendre à utiliser leurs muscles afin de fonctionner dans le monde physique. Cela est leur tâche principale pendant de nombreuses années.

En grandissant, ils commencent à former leurs attitudes en regardant quelque chose et en se mettant à y réflé-

chir. En regardant et en réfléchissant, tout cela devient familier. Ils s'identifient avec cette familiarité qui leur fait dire : «C'est à moi.» Si on leur demande pourquoi cela leur appartient, il se peut que la seule raison soit qu'ils ont souvent vu cette chose et, par conséquent, que cela leur appartient. Le sentiment de propriété est entré dans leur esprit. Ce sentiment est soutenu par un jugement de valeur qui met à égalité les mots «à moi» et «bon» et qui dit : «C'est à moi, c'est bon, c'est à moi, c'est bon...» Cela devient un cycle de possessivité.

C'est une bonne chose de revoir souvent tes attitudes. Une façon de le faire, c'est de te concentrer pendant un instant, en fermant les yeux afin de ne plus regarder à l'extérieur. En éloignant ton attention de ton problème, tu peux arrêter l'influence de l'inconscient et changer d'attitude.

Lorsque tu entreras dans le niveau éthérique de ta conscience, cela ne voudra pas dire grand chose pour toi, car il n'y a là que des symboles. Tu dois faire attention à ne pas regarder avec ta conscience astrale (imagination), voir des soucoupes volantes, des sorcières sur des balais ou de telles choses et, parce que tu les as vues avec ton imagination, penser qu'elles existent vraiment. Souvent, elles n'existent pas; tu projettes tout simple-

ment des images. Elles peuvent paraître très réelles mais, ce sont des illusions.

Cela veut-il dire que ces choses ne peuvent pas exister ? Si tu veux des preuves irréfutables, leur existence n'est pas évidente. Toutefois les gens qui vivent dans cette conscience de sorcières, de démons et de soucoupes volantes connaissent cette réalité. La société qualifie souvent ces gens-là de marginaux.

Il vaut mieux faire attention dans ces domaines. Alors que cela peut être intéressant de voir les symboles, les images et les illusions, il est important de les observer comme l'on regarderait un tableau sur un mur : regarde-le et reprends tes activités. Il n'y a là guère de réalité que l'on peut utiliser; c'est seulement une représentation symbolique.

La peinture s'est avérée être une partie importante de la symbolique de notre temps. Lorsque l'art abstrait moderne était à la mode, les gens décidaient de la valeur d'un tableau en se basant sur les symboles qu'il évoquait dans leur inconscient. Ils achetaient les objets d'art en se basant là-dessus.

Au bout d'un certain temps, ce genre d'objets d'art

devint si omniprésent que les gens commencèrent à se sentir submergés. Alors la peinture abstraite perdit peu à peu de sa popularité, et les gens se mirent à nouveau en quête d'images concrètes et réelles. L'ancien tableau classique est à nouveau recherché, les paysages, les natures mortes et des portraits qui ressemblent à de vrais portraits.

La sculpture exprime encore un point de vue plus abstrait. De nombreuses personnes qui affectionnent ce genre de symboles se rendent à toutes sortes d'expositions afin de ressentir l'excitation de ce niveau inconscient.

Mais, néanmoins, l'inconscient peut parfois ressembler à un tigre féroce et déclencher des vibrations étranges chez les gens. Lorsque cela arrive, un changement d'attitude et de conscience peut se manifester. Alors ces gens commenceront peut-être à exprimer leur embarras inconscient dans le monde physique à travers une forme d'art ou un comportement particulier.

Un autre aspect de l'inconscient peut se manifester à travers la danse. J'en ai, une fois, observé un exemple des plus intéressants dans un magasin de musique. On entendait de la musique, ce que l'on pourrait appeler du

hard rock. Une petite fille de 3 ans s'est mise à danser. Plus elle dansait, plus elle ressemblait à un pingouin. Cette symbolique du pingouin m'est longtemps restée à l'esprit.

Une autre fois, j'ai vu à la télévision des jeunes qui dansaient au son d'une musique rock. J'ai cherché les symboles qu'ils exprimaient. C'était totalement surprenant. Ils utilisaient une approche cathartique mais, en même temps, ils déchaînaient des énergies de l'inconscient sans pouvoir les contrôler ou les retenir. Le résultat peut se manifester à l'avenir par une conduite étrange ou antisociale.

Naturellement, ces changements d'attitude n'atteindront pas tous ces jeunes. Mais, néanmoins, sans le savoir, ceux-ci jouaient avec des énergies puissantes et se mettaient à portée de cette possibilité. Certains se retrouveront peut-être dans une institution, non pas parce qu'il y a fondamentalement quelque chose qui ne fonctionne pas bien en eux, mais parce que ces énergies grondent en eux. Ils font appel à cette énergie et elle se met à les contrôler. Il n'y a pas de place dans ce monde pour ce genre d'énergie, alors, ils se mettent à agir d'une manière étrange. Ils rient, émettent des ricanements, disent des bêtises et s'expriment d'une manière incom-

préhensible pour le reste du monde. Pour eux, cela est réel, pour nous autres, c'est de la folie. En fait, ils sont déséquilibrés, déséquilibrés par rapport à leur état fondamental qui est paix et harmonie.

La conscience humaine évolue à un rythme et une vitesse naturels. A son propre rythme, elle se rend de plus en plus compte de sa vraie nature. Elle est supposée évoluer vers la réalisation du moi et la conscience de Dieu. Les tentatives artificielles pour accélérer ce processus donnent souvent des retards et des écarts.

En chemin vers la conscience du Moi et vers la conscience de Dieu, il vaut mieux choisir les méthodes naturelles de méditation, de contemplation, d'exercices spirituels, d'études avec des maîtres illuminés et la compagnie de personnes qui sont également sur le chemin de la conscience spirituelle. Tu progresseras plus facilement et plus rapidement en évitant les soi-disant raccourcis.

Il existe une manière naturelle de progresser, et il existe des manières de chercher à contrôler et à manipuler la vie. Nous pouvons regarder ceci en parlant de polarités masculine et féminine. La polarité masculine cherche à contrôler et diriger son empire. Elle essaye toujours

d'être dans une position supérieure. La polatité féminine n'a pas besoin d'agir ainsi, car elle se mêle à l'harmonie naturelle qui l'entoure. Les règles, les lois et les prises de force n'ont pas lieu.

Il nous faut assembler le meilleur des consciences masculine et féminine, afin d'atteindre un équilibre neutre dans lequel nous pouvons maintenir le pouvoir de notre propre Moi tout en nous mêlant harmonieusement à tout ce qui nous entoure. Oui, c'est l'idéal, et, oui c'est possible.

La nature progresse d'une façon naturelle, et l'évolution de la nature intègre l'évolution du genre humain. Certains demandent : «Et le chaînon manquant ?» Il n'y à pas de maillon manquant. Il existe des ponts reliant une race à l'autre et, lorsque la nouvelle race est établie, les ponts n'ont plus d'utilité.

Nous sommes en ce moment, sur cette planète, en train de créer une nouvelle race. A un moment donné, les races qui existent maintenant sur la planète auront disparu. Il n'en restera aucune trace car ce niveau n'existera plus. Il n'y aura plus rien ici pour indiquer qu'elles étaient présentes. La nouvelle race sera présente. Cependant nous ne parlons pas de quelques mois ou de

quelques années, mais de milliers et de milliers d'années. Tout ceci sera, bien sûr, dans les archives afin de conserver des traces de l'évolution du genre humain.

Chaque personne doit être pleinement responsable de son être. Cela ne signifie pas que nous ne devons pas nous aider les uns les autres à nous gratter le dos, apporter un verre d'eau à un ami, ou emmener quelqu'un en voiture. Cela veut dire toutes ces choses aussi longtemps que ces actions font partie du flot d'élévation spirituelle.

Il vaut parfois mieux ne pas donner un verre d'eau à quelqu'un. A la place, tu dis : «Le robinet est là; le verre est là; sers-toi.» Cette approche peut aider les gens à se sentir moins dépendants, plus sûrs et plus capables. On agit ainsi avec les jeunes afin qu'ils fassent leur propre expérience et deviennent plus sûrs d'eux.

Trop souvent, après avoir acquis une petite connaissance spirituelle, nous voulons empoigner les gens et les élever rapidement. En fait, ce qui arrive, c'est que nous les attrapons, les déséquilibrons et les faisons tomber. Alors ils se mettent à avoir peur de notre approche envers la vie.

La vie est très naturelle, très simple. Nous la compli-

quons en relâchant en nous des énergies à travers des symboles, à travers le mental et à travers des attitudes négatives. Ces choses créent une lutte intérieure. Nous ne voulons pas de cette lutte, alors nous la repoussons dans l'inconscient. Là-dedans il y a lutte, qui se manifeste par des maladies que nos sciences actuelles ne peuvent ni identifier ni guérir. On peut se retrouver avec de nombreux ennuis physiques.

Comment peux-tu faire face à ces bouleversements inconscients ? Tu peux pratiquer des techniques spirituelles: des méditations de différentes sortes, des exercices spirituels, différentes formes de contemplation, des mantras, ainsi que des sons pour concentrer, élever et attacher les énergies, afin qu'elles prennent forme et coulent plus paisiblement, et que tu puisses te sentir plus sûr de toi. Il existe des techniques destinées à atteindre et clarifier de nombreux niveaux de conscience. En pratiquant ces techniques spirituelles, tu te familiariseras plus avec le courant d'énergie qui s'écoule dans ta conscience, et tu te sentiras plus à l'aise avec toi-même et avec les autres.

En travaillant continuellement avec les énergies qui sont en toi, tu apprends à reconnaître ce qu'elles sont - leur intention, leur fonction et leur direction. Tu te

laisses plus aller en toi-même et tu accomplis une plus complète intégration de tes niveaux. Au fur et à mesure que cela arrive, tu n'es plus à la merci de tes habitudes physiques, de tes intoxications émotionnelles, de tes jeux mentaux ou de tes impulsions inconscientes. Tu peux te diriger vers un type de conduite et d'expression plus positif.

Nous progressons en nous tournant vers l'intérieur et en connaissant tous les niveaux avec lesquels nous avons à faire. Ces niveaux sont le corps physique, l'imagination, les émotions, l'esprit, l'inconscient et l'Ame. Après avoir établi l'éveil à l'intérieur de nous, nous pouvons nous rendre dans les royaumes externes, et nous rendre compte que le monde spirituel externe s'aligne sur ce royaume interne. A ce moment-là nous comprendrons la signification de tout ceci. Cette compréhension dépassera tout, et apportera la paix et la joie.

CHAPITRE 6

LE POUVOIR INTÉRIEUR

Un jour, un ami me dit : «Cela me fait peur de penser que je crée ma propre réalité, que je suis responsable de tout ce qui arrive dans ma vie, y compris la négativité que j'éprouve. Je ne sais pas si je suis capable de créer ma vie suffisamment bien.» Il n'avait pas besoin d'avoir peur. Son erreur était d'envisager le fait de devenir responsable de sa vie comme une tâche accablante. En réalité, il réussissait déjà bien à créer. Il avait des vêtements sur son dos, de la nourriture dans l'estomac, un toit sur sa tête, et des compagnons à ses côtés. En soi-même, cela est une grande réussite.

Le simple fait que tu sois ici en vie, respirant et faisant circuler le sang à travers tes veines, indique que tu réussis à bien créer ta vie. Souviens-toi que tu as créé ta vie d'une façon continue. Cela n'a pas commencé au moment où tu en es devenu conscient; cela s'est passé ainsi depuis le commencement.

Il ne t'est pas nécessaire de faire des changements radicaux afin de commencer à prendre, d'une manière consciente, responsabilité de ta vie. Observe ta vie; demande-toi ce qui marche pour toi et ce qui va à ton encontre. Fais plus ce qui marche pour toi et moins ce qui ne marche pas pour toi. Explore de nouvelles approches qui sont susceptibles de mieux fonctionner

pour toi que celles que tu utilises maintenant.

Fais attention à tes pensées. Encore une fois, selon la Bible, tel qu'un homme «pense dans son coeur, ainsi il est» (Proverbes 23:7). C'est une autre façon de dire ceci : «l'énergie suit la pensée.» Les pensées que tu maintiens dans ta conscience se manifesteront pour toi de différentes façons. Si tu désires quelque chose et que tu y penses souvent, tes pensées seront enregistrées dans l'esprit universel, et le processus de réalisation sera mis en marche. C'est une des raisons pour lesquelles nous disons : «Fais attention à ce que tu demandes; tu pourrais bien l'obtenir.»

Le processus marche de la même façon si tu ne désires *pas* quelque chose et que tu *y* penses souvent. L'esprit universel ne voit que le contenu et l'énergie de tes pensées. Quoique tu aies à l'esprit, positif ou négatif, l'esprit universel essayera de te le procurer. Ainsi, il arrive souvent que tu produis ce dont tu as peur.

Concentre-toi sur ce que tu veux; ne vois que ce qui t'apportera plus d'amour et de joie dans ta vie. Lorsque tu te concentres sur le positif, tu y gagnes de plus d'une manière. D'abord, tu crées et encourages plus d'actions positives dans ta vie. Plus tu te concentres sur l'amour,

plus tu t'attireras d'amour. Tu vis également à ce moment-là une conscience d'amour ici et maintenant. Si tu désires aimer plus tard, pourquoi ne pas aimer maintenant ? En fait, la meilleure façon de t'assurer un avenir positif, c'est d'être positif dans le moment présent.

Fais attention à tes émotions. Les émotions donnent de l'énergie à tes pensées et à ton imagination. Mettre des émotions sur une pensée négative qui revient sans cesse peut lui donner l'énergie pour se mouvoir continuellement à travers ta conscience, t'apportant ainsi plus de négativité. Une bonne règle est de faire correspondre chaque sentiment à une pensée afin de pouvoir agir physiquement d'une façon positive. Cette méthode te permet de faire en sorte que l'énergie de tes émotions fonctionne pour toi, en améliorant la qualité de ta vie.

Fais attention à ce que tu fais de ton imagination. Quelles images te projettes-tu à toi-même ? Quelles histoires te racontes-tu à toi-même ? Utilise ton imagination pour aligner tes pensées et tes sentiments sur une direction positive. Utilise le théâtre de ton esprit pour voir clairement le résultat voulu.

Dans ton imagination, fais toujours en sorte de gagner. Si tu te racontes une histoire dans laquelle tu perds,

dans laquelle les événements se retournent contre toi, change la fin. Si tu as fait une erreur au travail et que tu t'imagines renvoyé, change le scénario. Vois un nouveau et meilleur poste se présenter parce que tu t'es libéré de l'ancien poste ou (si tu aimes ton travail) imagine-toi en train de créer une façon de rentabiliser ton erreur d'une telle façon que la compagnie entière en bénéficie et que tu te retrouves avec une augmentation. Voilà comment créer ta réalité.

En fin de compte, tout est déjà parfait. La volonté de Dieu se réalise parfaitement. Néanmoins, tu as des choix dans cette vie, et ce que tu choisis peut changer la façon dont tu vis cette vie. Si tu choisis d'être heureux, tu connaîtras le bonheur. Si tu choisis d'être déprimé, tu connaîtras la dépression. C'est ton choix.

Tu demanderas peut-être : «Et si je suis déjà déprimé ? Il ne suffit pas de décider d'être heureux pour y arriver.» As-tu déjà été déprimé à un moment et heureux à un autre ? A un certain moment, tu décides de te débarrasser de ta dépression, et à un certain moment, tu décides d'être heureux à nouveau. Si tu vas être heureux plus tard, pourquoi ne pas être heureux maintenant ? Si tu vas aimer plus tard, pourquoi ne pas aimer maintenant ?

Chaque aspect de ta vie est le reflet de ce que tu as créé, permis ou encouragé à un moment ou à un autre. Prends ce que tu as et utilise-le pour construire la vie que tu désires. Entretiens ta vie comme tu entretiendrais un jardin. Extirpe les choses que tu ne désires plus ou dont tu n'as plus besoin, et alimente avec amour les choses que tu estimes. Prends également le temps de regarder ta vie avec du recul et observe-la dans son ensemble. Prends le temps de te tourner vers l'intérieur, la ou les distractions extérieures ne déformeront pas la vue de qui tu es vraiment.

Nous nous attirons ce sur quoi nous nous concentrons. Ainsi le bon sens veut donc que nous nous concentrions sur ce qu'il y a de meilleur, de plus élevé. Si ton but est de t'éveiller à la vérité de qui tu es, alors, concentre-toi sur cette vérité comme tu la connais. En te concentrant dessus, elle se révélera à toi.

Une ancienne phrase que j'utilise -Baruch Bashan- veut dire «les bienfaits sont déjà là». Savoir que nous créons nos propres vies peut être notre plus grand bienfait. C'est notre clé vers la liberté à ce niveau. Rien de ce que tu as fait ou de ce qui t'a été fait peut t'empêcher d'accomplir ta destinée. Prends les armes qui te sont données et utilise-les sagement pour créer ta vie à l'extérieur

d'une telle façon qu'elle reflète ta majesté à l'intérieur.

Lorsque tes réalités internes et externes s'accorderont vraiment, tu seras de retour à ta demeure, vivant ta destinée en tant que co-créateur de Dieu. Souviens-toi qu'aucune Ame ne sera perdue, que Dieu aime tout ce qu'Il a créé et que l'on ne te donnera jamais plus que ce dont tu peux t'occuper. Aime ta vie - toi-même- comme Dieu t'aime et tu ne te sentiras jamais perdu. Tu sauras que tout ce qui t'arrive est destiné à t'élever. Alors que cet amour emplit ton coeur, tu sauras que, vraiment, les bienfaits sont déjà là.

John-Roger est le fondateur et le conseiller spirituel du Mouvement de l'Eveil Spirituel Intérieur. Il appuie son travail sur ses études en psychologie et son expérience de 20 années de consultations, d'enseignement, d'écrits et de séminaires. Mais, ce qui est important, c'est qu'il puise dans son expérience afin d'aider les autres à s'éveiller à leur propre connexion à l'Esprit.

Comme beaucoup d'entre nous, John-Roger a commencé son voyage bien avant de s'en rendre compte lui-même. Ce ne fut pas avant un sérieux accident en 1963, pendant lequel il eut une expérience aux portes de la mort, que sa conscience se transforma complètement. A ce moment-là John-Roger devint ce que l'on pourrait appeler une personne réalisée, mais c'était encore plus que ça. Son moi éveillé le conduisit à une vie de service et, surtout, à un chemin d'amour. Cette conscience d'amour inconditionnel qu'il manifeste est maintenant connue sous le nom de Conscience du Voyageur Mystique.

En cherchant à expliquer la signification de cette conscience, John-Roger a dit que «la nature du Voyageur Mystique est l'amour, la joie et l'élévation. Elle apporte la santé, l'abondance et le bonheur au niveau physique, le calme au niveau émotionnel, la paix

au niveau mental, le pouvoir au niveau inconscient et l'accomplissement au niveau spirituel par l'éveil de l'héritage divin en chacun de nous.»

Au-delà de son rôle de fondateur et directeur spirituel du MSIA, John-Roger est également le fondateur de Prana Theological Seminary et College of Philosophy, une école pour les études spirituelles; de la Heartfelt Foundation, consacrée au service de la communauté; du Baraka Center, une clinique de soins holistiques et de recherche; des Insight Transformational Seminars, proposant une série de séminaires pour la croissance personnelle; de la Koh-E-Nor University, une université agréée par l'état et apte à délivrer des diplômes universitaires; de l'Integrity Foundation consacrée à encourager l'intégrité personnelle; et de la John-Roger Foundation qui décerne le prix de l'intégrité internationale. La JRF est également l'organisme clé qui soutient les organismes mentionnés ci-dessus ainsi que d'autres groupes et individus qui ont à voir avec l'éducation, la santé, les sciences, la recherche, le service à la communauté et l'étude de la paix individuelle et mondiale.

Pour plus amples informations, contactez :
MSIA, P.O. box 3935, Los Angeles, CA 90051.

LE POUVOIR INTÉRIEUR

JOHN-ROGER